



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA  
URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B\_CHIMBOTE, 2024**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

**AUTOR**

**BLAS VASQUEZ, JERSON RAUL  
ORCID:0000-0003-2468-1624**

**ASESOR**

**REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER  
ORCID:0000-0002-4722-1025**

**CHIMBOTE-PERÚ  
2024**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0101-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **12:10** horas del día **20** de **Junio** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **ENFERMERÍA**, conformado por:

**VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA** Presidente  
**GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA** Miembro  
**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO** Miembro  
**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B\_CHIMBOTE, 2024**

**Presentada Por :**  
(0112171199) **BLAS VASQUEZ JERSON RAUL**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **13**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciado en Enfermería**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

**VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA**  
Presidente

**GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA**  
Miembro

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO**  
Miembro

**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER**  
Asesor



## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B\_CHIMBOTE, 2024 Del (de la) estudiante BLAS VASQUEZ JERSON RAUL , asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 22 de Julio del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **DEDICATORIA**

Dedico mi trabajo a Dios quien me guio y quien día a día me ha dado fuerzas y salud para poder seguir avanzando en todo lo que me propuse a cumplir y así poder lograr mis objetivos.

A mis Padres por el amor y apoyo que me brindaron todo este tiempo, y por enseñarme a nunca rendirme, aunque a pesar de todas las cosas que pasaron ellos siempre estuvieron conmigo brindándome ese apoyo para poder lograr alcanzar mis metas.

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, agradecer a Dios por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente, para poder culminar mi trabajo con satisfacción.

A mis Padres quienes me brindaron el apoyo en el transcurso de mis estudios, por confiar en mí siempre y enseñarme a nunca rendirme, porque cada vez que sentía no poder ellos siempre me apoyaron anímicamente, por eso y muchas cosas más estaré siempre agradecido.

## ÍNDICE GENERAL

	<b>Pág.</b>
<b>Carátula</b>	
<b>Dedicatoria</b> .....	IV
<b>Agradecimiento</b> .....	V
<b>Índice general</b> .....	VI
<b>Lista de tablas</b> .....	VII
<b>Lista de figuras</b> .....	VIII
<b>Resumen</b> .....	X
<b>Abstract</b> .....	XI
<b>I. Planteamiento del problema</b> .....	1
<b>II. Marco teórico</b> .....	7
<b>2.1. Antecedentes</b> .....	7
<b>2.2. Bases teóricas</b> .....	14
<b>2.3. Hipótesis</b> .....	15
<b>III. Metodología</b> .....	16
3.1 Nivel, tipo y diseño de investigación.....	16
3.2. Población y muestra.....	16
3.3. Operacionalización de las variables.....	17
3.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	20
3.5. Método de análisis de datos.....	21
3.6 Aspectos éticos.....	22
<b>IV. Resultados</b> .....	25
<b>V. Discusión</b> .....	38
<b>VI. Conclusiones</b> .....	46
<b>VII. Recomendaciones</b> .....	47
<b>Referencias bibliográficas</b> .....	48
<b>Anexos</b> .....	56

## LISTA DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>TABLA 1:</b> OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	18
<b>TABLA 2:</b> FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B_CHIMBOTE, 2024.....	25
<b>TABLA 3:</b> ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B_CHIMBOTE, 2024.....	31
<b>TABLA 4:</b> RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B_CHIMBOTE, 2024.....	32

## LISTA DE FIGURAS

Pág.

<b>FIGURA 1:</b> SEXO DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	27
<b>FIGURA 2:</b> EDAD DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	27
<b>FIGURA 3:</b> GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	28
<b>FIGURA 4:</b> RELIGIÓN DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	28
<b>FIGURA 5:</b> ESTADO CIVIL DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	29
<b>FIGURA 6:</b> OCUPACIÓN DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	29
<b>FIGURA 7:</b> INGRESO ECÓNOMICO DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	30
<b>FIGURA 8:</b> SISTEMA DE SEGURO DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	30
<b>FIGURA 9:</b> ESTILO DE VIDA DE LA PERSONA ADULTA DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	31
<b>FIGURA 10:</b> SEXO Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	34
<b>FIGURA 11:</b> EDAD Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B _CHIMBOTE, 2024.....	34
<b>FIGURA 12:</b> GRADO DE INSTRUCCIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL “ZONA B” _CHIMBOTE, 2024.....	35

<b>FIGURA 13:</b> RELIGIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL “ZONA B” _CHIMBOTE, 2024.....	35
<b>FIGURA 14:</b> ESTADO CIVIL Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B_CHIMBOTE, 2024.....	36
<b>FIGURA 15:</b> OCUPACIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B_CHIMBOTE, 2024.....	36
<b>FIGURA 16:</b> INGRESO ECCÓNOMICO Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B_CHIMBOTE, 2024.....	37
<b>FIGURA 17:</b> SISTEMA DE SEGURO Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B_CHIMBOTE, 2024.....	37

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida del Adulto de la Urbanización 21 de Abril Zona B\_Chimbote, 2024. La investigación fue de tipo cuantitativo, con diseño correlacional – transversal. La muestra estuvo constituida por 132 adultos, a quienes se les aplicó dos instrumentos: el cuestionario sobre factores sociodemográficos y la escala de estilo de vida, se utilizó la técnica de la entrevista. Los datos fueron procesados en una base de datos de Software Estadístico IBM y luego fue exportado a una base de datos en el Software SPSS Statistics 24.0. Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado. Llegando a los siguientes resultados: el 54.5% (72) son de sexo femenino, el 55.3% (73) tienen edades de 18 a 35 años, el 65.2% (86) tienen grado de instrucción superior, 84.8% (112) profesan la religión católica, el 53.8% (71) de estado civil solteros, el 38.6% (51) son empleados, el 50% tiene ingresos de 650 a 850 nuevos soles y 62.9 tienen del sistema de seguro al SIS. Concluyendo que: La mayoría tienen grado de instrucción superior, de sistema de seguros tiene al SIS y profesan la religión católica; más de la mitad son de sexo femenino, tienen edad entre los 18 a 35 años, son de estado civil solteros; menos de la mitad son empleados y la mitad tienen ingresos económicos de 650 a 850 nuevos soles. Se encontró que no existe relación significativa entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida.

**Palabras claves:** adulto maduro, estilo de vida y factores sociodemográficos

## ABSTRACT

The general objective of this research was: To determine the relationship between sociodemographic factors and the lifestyle of the Adult of the 21 de Abril Urbanization Zona B\_Chimbote, 2024. The research was quantitative, with a correlational - transversal design. The sample consisted of 132 adults, to whom two instruments were applied: the questionnaire on sociodemographic factors and the lifestyle scale; the interview technique was used. The data were processed in an IBM Statistical Software database and then exported to a database in SPSS Statistics 24.0 Software. To establish the relationship between study variables, the Chi square test of independence of criteria was used. Arriving at the following results: 54.5% (72) are female, 55.3% (73) are between 18 and 35 years old, 65.2% (86) have a higher education degree, 84.8% (112) profess Catholic religion, 53.8% (71) are single, 38.6% (51) are employed, 50% have incomes of 650 to 850 nuevos soles and 62.9 have the SIS insurance system. Concluding that: The majority have a degree of higher education, the insurance system has the SIS and they profess the Catholic religion; More than half are female, are between 18 and 35 years old, and are single; Less than half are employees and half have incomes of 650 to 850 nuevos soles. It was found that there is no significant relationship between sociodemographic factors and lifestyle.

**Keywords:** mature adult, lifestyle and sociodemographic factors

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Un estilo de vida saludable es una estrategia global y parte de la tendencia de salud moderna, que se formula básicamente en el marco de la prevención de enfermedades y la promoción de la salud, quizás el momento clave o inicio de esta tendencia fue en 2004 con el anuncio, la Organización Mundial de la Salud tiene como objetivo mejorar los factores de riesgo como las dietas poco saludables y los estilos de vida sedentarios (1).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2), define un estilo de vida saludable como un estilo de vida general basado en la interacción de una amplia gama de circunstancias de la vida y patrones de comportamiento individuales determinados por factores socioculturales y características personales, y tener un impacto positivo en nuestro bienestar físico, mental y social, estos hábitos son principalmente la alimentación, el descanso y la actividad física adecuadamente planificada.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (3), en 2022 el consumo de cigarrillos (tabaco) causó daños irreversibles a la salud y será tan nocivo como el alcohol, provocando 3 millones de muertes en todo el mundo cada año, lo que corresponde al 5,3% de todas las muertes, además de efectos sobre la salud, el consumo peligroso de alcohol también impone importantes costos sociales y económicos a los individuos y a la sociedad en su conjunto y es la causa de más de 200 enfermedades, lesiones y otros problemas de salud.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) (4), informa que la actividad física ha disminuido un 39% entre las mujeres y un 23% entre los hombres en los países más pobres del mundo, entre las personas con discapacidad y enfermedades crónicas, y en América Latina y Caribe con la inactividad física regional aumentando al 39%, la Organización Panamericana de la Salud ha desarrollado un plan de acción global de actividad física que apunta a reducir la inactividad física en un 10% para 2025 y un 15% para 2030.

En México según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (5), en el año 2021, hay aproximadamente 126 millones de adultos. La encuesta encontró que tanto hombres como mujeres consumían el 33% de los alimentos que

contenían calorías, el 60% no valoraba la actividad física, el 35% reportaba estrés, el 51% bebía alcohol y el 32% fumaba, mientras fumar y beber sólo durante las reuniones y el 24% de las personas fuman bajo presión. Estas malas elecciones de estilo de vida pueden provocar complicaciones que pueden lograr a provocar problemas de salud a corto o a largo plazo.

En España según el Instituto Nacional de Estadística (INE) (6), en 2022, el 16,4% de las mujeres y el 23,3% de los hombres fumaban a diario, el grupo de edad con mayor proporción de hombres es el de 25 a 34 años y el grupo de edad con mayor proporción de mujeres. tienen entre 45 y 54 años, las personas que fuman a diario tienen principalmente entre 25 y 64 años, alrededor del 30% de los hombres y el 20% de las mujeres, a partir de los 65 años, el número de fumadores diarios disminuye, pero el descenso es mayor entre las mujeres.

Según datos del Ministerio de Salud de Perú (MINSa) (7) en 2022, el 59,7% de los peruanos entre 12 y 18 años bebieron alcohol, y el 87,3% de los jóvenes entre 19 y 24 años. Entre los peruanos que consumieron alcohol en el mes anterior a la encuesta, el 60,0% bebió en exceso. A partir de los datos descriptivos, la frecuencia e intensidad del consumo es siempre mayor entre los hombres que entre las mujeres, en todo el mundo, el consumo de alcohol provoca 2,8 millones de muertes prematuras cada año (el 74% de las muertes se producen en menores de 70 años).

En el Perú cerca de 22.000 personas mueren cada año por enfermedades relacionadas con el consumo de tabaco, incluido el cáncer, con deterioro prematuro de las vías respiratorias, la función pulmonar y el sistema inmunológico provocado por el tabaquismo, según información proporcionada por el Ministerio de Salud (Minsa), el consumo de tabaco es el principal causante de cáncer de pulmón y otros 17 tipos de neoplasias, y que provoca más de 50 enfermedades crónicas que causan discapacidad, invalidez y muerte (8).

Si bien es cierto el estilo de vida de las personas no es el más adecuado justo por lo antes mencionado como es el consumo de bebidas alcohólicas, sedentarismo etc; esto se debe a las condiciones que presentan la población como la pobreza, el trabajo mal remunerado, el ingreso mínimo y el desempleo.

Según Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (9) en 2020 en el Perú

(9), el 84,8% de los encuestados informó tener algún tipo de seguro médico, en cuanto al lugar de residencia, la proporción es mayor en las zonas rurales (90,2%) que en las urbanas (83,4%), de toda la población que participa en algún tipo de seguro de salud, sólo la proporción de la población que participa en el seguro integral de salud (SIS) es la mayor: en las zonas rurales - 58,0%, en las zonas urbanas - 51,3% y en las zonas rurales - 84,2 %, en comparación con el mismo trimestre de 2021, la tasa de crecimiento nacional fue de 5,1 puntos porcentuales, y en las ciudades y las zonas rurales, de 5,6 y 2,9 puntos porcentuales, respectivamente. Estos cambios son muy significativos.

En el Perú la tasa de pobreza del Perú aumentó al 27,5% en 2022, 7,3 puntos porcentuales más que en 2019, y la pobreza extrema del país aumentó significativamente, del 2,9% en 2019 al 5,0% en 2022. El nivel de pobreza en 2022 fue ligeramente inferior al de 2021: 21,9%, en Áncash, la tasa de pobreza ascendió a 21.5% en el 2022, 3.9% más que en el 2019, estas cifras indican que aproximadamente 44.400 ancashinos viven en extrema pobreza, y para seguir erradicando la pobreza, las autoridades nacionales y locales deben centrar sus esfuerzos en ampliar las oportunidades de empleo para los ciudadanos a través de un mayor crecimiento económico y tomar medidas para fomentar la inversión en la prestación de servicios básicos en condiciones apropiadas (10).

En Ancash según el Instituto de Estudios Económicos del Perú (IPE) (11), la tasa de pobreza ha disminuido significativamente en 2022, del 62,2% al 17,5%, sin embargo, a diferencia del promedio nacional, la tasa de pobreza de la región en 2022 fue ligeramente inferior a la tasa de pobreza de 2021 (21,9%), estos datos muestran que aprox. S/226, lo que los coloca en una posición extremadamente vulnerable, ya que significa que el gasto es inferior al valor de la canasta básica alimentaria.

Según datos del Instituto Nacional de Estadística e Información (INEI) (12), en 2020, el 88,0% de la población de la Región de Ancash empezó a beber alcohol a partir de los 15 años, incluidos hombres (91,7%) y mujeres (84,6%), el consumo de alcohol en los últimos 12 meses se asoció con el nivel educativo, con educación superior (60,9%) y educación primaria o menos (40,6%), en cuanto al

consumo semanal de verduras, hombres (3,9 días a la semana), mujeres (4,7 días a la semana). Consumo de frutas para hombres (1,9 días por semana) y mujeres (1,8 días por semana). El 35,6% de los ancashinos mayores de 15 años tienen sobrepeso, tanto hombres (36,2%) como mujeres (35,1%) tienen sobrepeso.

Frente a esta problemática se ha visto por conveniente realizar un estudio a los Adultos de la Urbanización 21 de Abril que fue fundado por el presidente Dr. Manuel Prado Ugarteche en el antiguo desembarcadero el 21 de abril de 1968. Está ubicado en la provincia de Chimbote Santo, región Ancash. Anteriormente cuya población que reside del "El Acero" en el límite del centro de Chimbote", donde estalló un incendio que destruyó sus casas y se trasladó a la ciudad previamente urbanizada de Abril. (Urbanización 21 de Abril). Rancho Pampa (Pampa), es un lugar de aterrizaje, se fueron encontrando poco a poco, sus casas empezaron siendo rancho, hoy construyeron casas, y se equiparon con losas deportivas, parques de ocio e instituciones educativas. Sus calles tienen pastos verdes y bien cuidados. Tienen los servicios básicos como luz, agua y desagüe.

La población adulta tiende a tener trabajos eventuales o estables, como en empresas pesqueras, restaurantes, taxistas y la gran mayoría son profesionales que trabajan en entidad pública y privadas, el 60 % de las mujeres adultas son amas de casa, además cuentan mayormente con un seguro ESSALUD y padecen de enfermedades como el sobrepeso, infecciones respiratorias, diabetes, hipertensión entre otras, también tienen a su disposición el puesto de salud Santa Clara, que cuenta con las áreas de medicina general, ginecología, cardiología, psiquiatría, cardiología, pediatría, psicología, geriatría, terapia de lenguaje, traumatología, terapia de aprendizaje, dermatología, terapia física, odontología, entre otros.

Hoy en día el 21 de abril cuenta la Parroquia "San Francisco de Asis", las Instituciones Educativas "Santa María Reina", "Julio C. Tello"; 89011 "Elías Aguirre Romero", 89007 "Gómez"; la Comisaría del "21 de Abril", como el Mercado del mismo nombre, entre otras instituciones y personalidades notables de la provincia del Santa. también cuenta con un local comunal y con un total de 31 manzanas en dicha comunidad. Actualmente la urbanización 21 de abril tiene un alto porcentaje de adolescentes en pandillaje y/o robo, donde los jóvenes buscan una vida inadecuada,

realizando actos criminales, dañando su imagen personal. Donde las personas del 21 de abril ya se adaptaron a vivir con ellos, pero por otro lado con el temor de que sean robados a pesar de contar con seguridad policial.

En la presente investigación se presenta el siguiente enunciado:

¿Existe relación entre los factores sociodemográficos y el estilo del Adulto de la Urbanización 21 de Abril Zona B\_Chimbote, 2024?

Para poder dar solución al problema mencionado anteriormente se ha planteado el siguiente objetivo general:

Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida del Adulto de la Urbanización 21 de Abril Zona B\_Chimbote, 2024.

Para obtener el objetivo general, se ha propuesto los siguientes objetivos específicos:

Identificar los factores sociodemográficos del Adulto de la Urbanización 21 de Abril Zona B\_Chimbote, 2024.

Identificar estilos de vida del adulto de la urbación 21 de Abril Zona B\_Chimbote, 2024.

El presente trabajo de investigación se justifica con el procedimiento de factores sociodemográfico y estilo de vida, ya que de esta manera el personal de enfermería buscará poder conocer la situación de la salud de los adultos de la Urbanización 21 de Abril “Zona B” asimismo nos permitirá a los profesionales de la salud desarrollar y aprender estrategias de mejora en su salubridad y poder entender y dar solución a los problemas de salud, contribuyendo la promoción y prevención de los factores de riesgo y perfeccionar la calidad de vida del adulto.

Así mismo esta investigación se justifica dada la importancia que brindará a la sociedad y población en estudio porque los resultados y conclusiones van a servir a las autoridades como diagnostico situacional sobre el estilo de vida para que formulen estrategias que mejoren la calidad de vida.

Así como también contribuye con los estudiantes siendo esta investigación una fuente de consulta con la finalidad de poder dar solución a los problemas de salud que están causando enfermedades en los adultos. Asimismo, ayudar a la población de

adultos de la Urbanización 21 de Abril Zona B a comprender el rumbo de los determinantes de la salud para una mejor calidad de vida.

El presente trabajo de investigación se justifica con el procedimiento de factores sociodemográfico y estilo de vida, ya que de esta manera el personal de enfermería buscará poder conocer la situación de la salud de los adultos de la Urbanización 21 de Abril “Zona B” asimismo nos permitirá a los profesionales de la salud desarrollar y aprender estrategias de mejora en su salubridad y poder entender y dar solución a los problemas de salud, contribuyendo la promoción y prevención de los factores de riesgo y perfeccionar la calidad de vida del adulto.

Así mismo esta investigación se justifica dada la importancia que brindará a la sociedad y población en estudio porque los resultados y conclusiones serán importantes porque van a servir a las autoridades como diagnóstico situacional sobre el estilo de vida para que formulen estrategias que mejoren la calidad de vida, brinden información de una buena alimentación y los personales de salud puedan concientizar a las personas a mejorar su salud a través de charlas educativas en los puestos de salud y visitas domiciliarias a las personas que no puedan acercarse al puesto de salud.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Antecedentes de la investigación

#### A Nivel Internacional

**Mamani, et al (13)** en su investigación titulada "Factores sociodemográficos asociados a la malnutrición del Adulto Mayor en Cochabamba- Bolivia, 2019", tuvo como objetivo analizar los patrones sociodemográficos de la malnutrición del adulto mayor en el departamento de Cochabamba. La metodología observacional, de corte transversal, con sujetos mayores de 60 años con residencia permanente en Cochabamba. Resultado: el promedio de edad fue de 70,71 años y el 55,7% fueron mujeres. La prevalencia de desnutrición fue del 16,0%, 18,9% de sobrepeso y 20,7% de obesidad. Concluye la prevalencia de sobrepeso y obesidad es mayor que la prevalencia de desnutrición en los adultos mayores; y los factores sociodemográficos afectan de manera diferente el riesgo de presentar desnutrición, por un lado y sobrepeso u obesidad por el otro.

**Carranco, et al. (14)**, en su investigación titulada “Perfil sociodemográfico y estilos de vida saludable en trabajadores de una empresa de agua potable y alcantarillado de México, 2019”. Objetivo: Identificar los estilos de vida practicados por los trabajadores y facilitar la posibilidad de cambiar, nuevos comportamientos en sus entornos laborales y domésticos que se reflejen en el entorno psicosocial de cada uno de ellos. Metodología: Descriptiva cuantitativa. Resultado: El 77,10% de los trabajadores están casados, el 11,40% son solteros y el 11,40% están en asociación libre. El 54,3% de los trabajadores encuestados dijo tener vivienda propia con servicio de agua corriente y alcantarillado, pero también un significativo 45,7% indican que su vivienda es arrendada. Conclusión: Se cuenta con un estilo de energía corto beneficioso y también tienen particular estilo de supervivencia sano.

**Castro (15)**, en su investigación titulada: “Estilos y calidad de vida de los Adultos Mayores de la comunidad Patuco, Cantón Celica – Ecuador, septiembre 2018 – Agosto 2019”. Objetivo: conocer los estilos y calidad de vida del Adulto Mayor. Fue un estudio de tipo cuantitativo descriptivo, de corte

transversal. Resultados: en la alimentación la gran mayoría manifestaron que consumen los granos, carnes seguido de frutas y su ingesta diaria de alimentos en el 93,33% de la población es de tres veces al día, el 73,33% realiza ejercicio físico con predominio en hombres, el 53,33% ejecuta actividades recreativas, Conclusiones: Los estilos de vida que tienen los adultos mayores relacionados con actividad física, alimentación, consumo de sustancias psicoactivas ocio, sueño y autocuidado en mayoría serian saludables; en mayoría tienen una autonomía en sus actividades diarias.

### **A Nivel Nacional**

**Ascona. (16)**, en su investigación titulada “Relación entre estilos de vida y autocuidado en el adulto mayor del distrito de cocas Huancavelica 2022. Objetivo: Determinar la relación entre estilos de vida y autocuidado en el adulto mayor del distrito de cocas Huancavelica 2022. Metodología: Fue de enfoque cuantitativo con un enlace correlacional y un método analítico, con una población de 86 adultos mayores, Tuvo como resultado, el 61,1%% son de sexo masculino, el 51,2% son casados, el 19,8% presentan enfermedades como la hipertensión arterial, el 39,5% tienen solo estudios primarios, el 55,8% realiza poca actividad física. Por otro lado, solo un 9,3% tiene un estilo de vida saludable y el 90,7% no tiene un estilo de vida saludable. Concluyendo que si existe relación significativa entre el estilo de vida y el autocuidado.

**Chávez. et al. (17)**, en su investigación titulada: “Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de Banda de Shilcayo, septiembre 2019” tuvo como objetivo general determinar si existe relación entre estilos de vida y el estado nutricional de los adultos mayores en el asentamiento humano. Tuvo como metodología no experimental con un enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte trasversal. Donde tiene como Resultados: en cuanto a la dimensión alimentación un 28,0% mantienen un estilo de vida no saludable, referente a la dimensión actividad y ejercicio dio como resultado que un 24,0% de estos adultos mayores que fueron entrevistados no presentan un estilo de vida saludable. Como conclusión indica que se observó que existe relación significativamente en cuanto al estilo de vida

y el estado nutricional de los adultos mayores.

**Aniceto. (18)**, en su investigación titulada: “Los estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz \_ Ancash, 2020” tiene como objetivo general: Determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020. Metodología: fue cuantitativa, descriptivamente pertinente, transversal y de diseño no experimental, la muestra estuvo conformada por 369 adultos. Tuvo como resultado que el 76,96% de los adultos encuestados no tiene un estilo de vida saludable, el 57,45% tiene entre 36 y 59 años, el 42,82% gana entre 600 y 1000 soles, son empleados, tienen secundaria incompleta. Se concluye que si existe relación directa y estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos del distrito de Caraz.

#### **A Nivel Local**

**Merino. (19)**, en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida en el adulto del Asentamiento Humano Señor de los milagros “Avenida Salaverry” Chimbote, 2021”. Su objetivo fue determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Asentamiento Humano Señor de los milagros “Avenida Salaverry” Chimbote, 2021”. Metodología: descriptiva con una población de 154 adultos. Resultados: el 61,7% son adultos jóvenes, el 54,5% (84) son de sexo masculino, el 71,4% tienen un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles, el 68,8% tienen SIS. Concluyendo que más de la mita son adultos jóvenes, cuentan con SIS, en relación al estilo de vida se halló que más de la mitad de adultos no tienen un estilo de vida saludable.

**Reyes. et al. (20)**, en su investigación titulada: “Determinantes de la Salud en Adultos de la Jurisdicción de la Red de Salud Pacifico Norte y Sur de la Ciudad de Chimbote, 2019”. Tuvo como objetivo describir los determinantes de la salud en adultos, su metodología es de tipo descriptivo no controlado. Con una muestra de 1496 adultos. Resultados: el 62,2%son mujeres y 53,3%

adultos mayores. El 52,4% no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual, 50,5% no consumen bebidas alcohólicas y 66,9% duerme de seis a ocho horas, el 53% se atendió en estos 12 últimos meses en un puesto de salud, 47,5% considera que el lugar donde se atendió se encuentra a regular distancia desde su vivienda y 64,6% tiene SIS. Concluyen que la mayoría de las personas culminó estudios secundarios y no accedió a mejores escalas salariales y predomina el sedentarismo y consumen carbohidratos.

**Domínguez. (21),** en su investigación titulada: “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida en el adulto del pueblo joven San Juan “Jirón San Marcos” \_ Chimbote, 2021”, tiene como objetivo determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: Estilo de vida en el adulto del pueblo joven san Juan “Jirón San Marcos” \_ Chimbote, 2021. La metodología fue de tipo correlacional cuantitativo, no experimental. Resultado: el 62% son de sexo femenino, un 67% son adultos maduros y el 60% tienen un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles. Concluyendo que, sí existe relación entre los factores sociodemográficos: la edad con estilo de vida, pero no existe relación entre los factores; sexo, grado de instrucción, ingreso económico, estado civil y ocupación.

## **2.2 Bases teóricas y conceptuales de la investigación**

Esta investigación se basó en el modelo teórico de Promoción de la Salud de Nola Pender

La enfermera Nola Pender nació en Michigan el 16 de agosto de 1941. Su primer método de enfermería fue cuando tenía 7 años cuando observó que le brindaban los servicios de enfermería a su tía hospitalizada. En el año de 1962, recibió un diploma de la Facultad de Enfermería del Western Suburb Hospital en Oak Park, Illinois. En 1964, completó su licenciatura en la Universidad Estatal de Michigan en Evanston, Illinois. Su investigación de doctorado señaló los cambios evolutivos observados en la codificación de la memoria inmediata de los niños, por lo que desarrolló un gran interés en expandir el aprendizaje

humano en el campo de la optimización de la salud humana, y luego produjo el Modelo de Promoción de la Salud (MPS) (22).

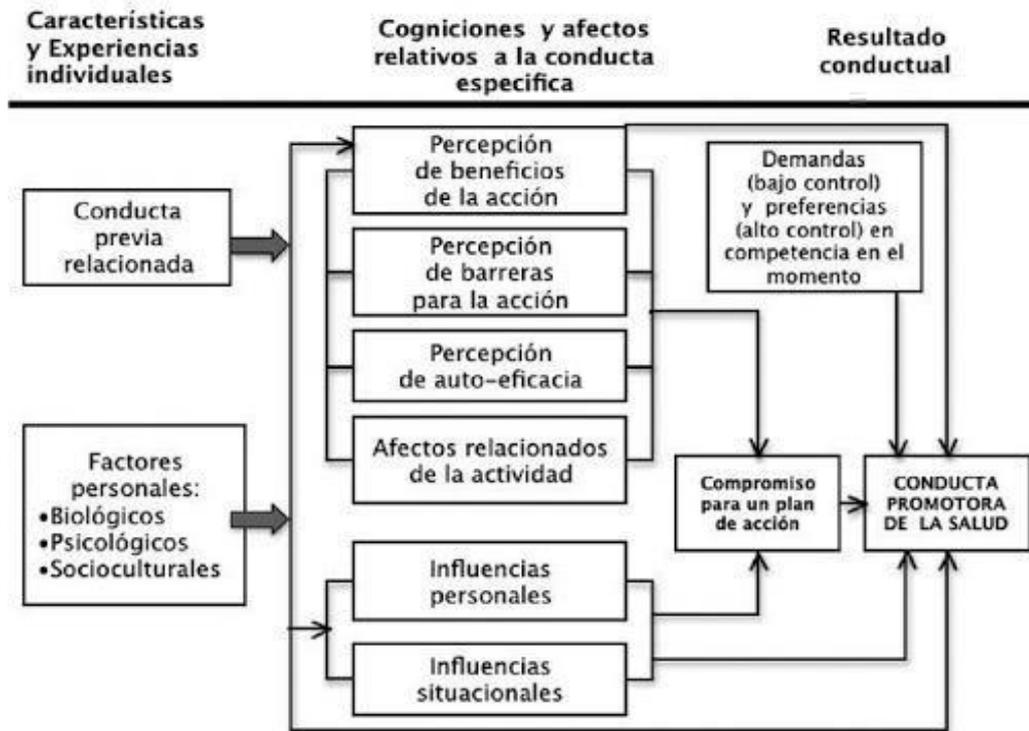
Según Nola Pender, para promover una salud impecable, se deben utilizar tales medidas preventivas. Esto es algo nuevo, porque además de identificar ciertos factores cognitivos de una persona (que han cambiado por la situación de uno mismo o del paciente), también se determinan factores que inciden en la decisión y acciones de la enfermedad, cuando se tiene un plan de acción, se puede mantener una salud óptima (23).

El modelo de promoción de la salud presenta aspectos relevantes en la modificación conductual de las personas sus actitudes hacia el cuidado de la salud están basados en 2 sustentos teóricos: la primera es la hipótesis del aprendizaje social de Albeth Bandura y la segunda los modelos de valoración de la posibilidad de la motivación humana de Feather (24).

En primer lugar, uno propone la más valioso de los procesos cognitivos en la conducta incorporando el aprendizaje cognitivo y conductual reconociendo las causas psicológicas tienen influencia en cómo se comportan las personas. Además, señalan 4 requisitos para el aprendizaje y modelamiento de su conducta: la atención (estar pendiente de lo que suceda), retención (memorizar lo observado), reproducción (capacidad para desarrollar la conducta) y animación (una buena causa para favorecer la conducta). En segundo lugar, su afirmación es que la conducta es razonable, considerando a la intencionalidad como una parte importante para conseguir un logro (25).

Con relación a esto cuando se presenta una intención objetiva precisa y establecida por alcanzar un objetivo, incrementa la posibilidad de alcanzar un objetivo. El propósito constituye una parte decisiva representada en el análisis del comportamiento voluntario hacia el logro de una meta planteada (25).

## Estructura Del Modelo De Nola Pender



*Fuente: Modelo de Promoción de la Salud de Pender 1996. En: Cid PH, Merino JE, Stiepovich JB21*

En el siguiente esquema nos muestran la composición de cada columna de izquierda a derecha. La primera columna nos dice que las características y la experiencia de todos nosotros deben ser únicas, y son dos conceptos: el primer concepto es el comportamiento previo relacionado, y el segundo concepto es comportamiento antecedente relacionado a la razón personal. El segundo se espera que entendamos que la experiencia pasada puede conducir a resultados directos e indirectos de suposiciones sobre la participación en conductas que promueven la salud. En la tercera es la parte media del modelo y se combina con el conocimiento y la emoción del comportamiento. La eficacia observada de cada persona puede reducir las barreras percibidas a comportamientos de salud específicos. La cuarta nos habla del impacto de los compromisos, son emociones directas o reacciones con pensamientos positivos o negativos. Y en la quinta nos habla sobre el impacto de las relaciones interpersonales, mientras más influyen las personas, más probabilidades hay de que las personas participen en conductas de promoción de la salud (26).

El Modelo de Promoción de la Salud se fundamenta en 4 teorías que están referidas a cambios de conductas de la persona, siendo la acción razonada, acción planteada y la teoría social-cognitiva. Nola pender define los metaparadigmas de la siguiente manera:

**Persona:** Incluye individuos, familias y comunidades e identifica al destinatario o destinatarios de la atención (27).

**Entorno:** Identificar las condiciones físicas, sociales o de otro tipo que afectan a la persona (27).

**Salud:** Un estado de bienestar entre el nivel más alto de salud y la etapa terminal (27).

**Cuidado:** La definición de cuidados de enfermería son las actividades realizadas por los cuidadores en nombre de los individuos o en relación con ellos, y los objetivos o resultados de las actividades de enfermería se consideran un proceso sistemático de valoración, diagnóstico, planificación, intervención y evaluación (27).

**Así mismo las dimensiones del estilo de vida son las siguientes:**

**Alimentación saludable:** Está relacionado con la nutrición, que el organismo necesita para mantener las funciones normales, mantener la salud, reducir el riesgo de patologías y también favorece la reproducción y el desarrollo.

**Actividad y ejercicio:** A través de estas actividades se mejorará la fuerza y resistencia muscular. Además, el ejercicio aporta oxígeno y nutrientes a los tejidos, lo que ayuda a que el sistema cardiovascular funcione de manera más eficiente. Mientras sigamos haciendo ejercicio, construyamos un estilo de vida saludable y promovamos la salud, la calidad de vida mejorará porque el corazón y los pulmones tendrán más energía.

**Responsabilidad en salud:** Se trata de elegir las alternativas adecuadas que no representen riesgos para la salud, por lo que somos los únicos responsables de garantizar nuestros propios beneficios para la salud.

**Autorrealización:** Es un ideal que toda persona se esfuerza por alcanzar, y la

realización de este ideal a través de la oportunidad de realizar su máximo potencial, el hábito de expresar conocimientos y la consecución de logros profesionales distingue a cada persona de todas las demás.

**Redes de apoyo social:** Es un conjunto de recursos que la sociedad utiliza para superar problemas, enfermedades, crisis financieras, pérdidas de familiares, este apoyo puede ser brindado a través de cualquier tipo de persona.

**Manejo de estrés:** Esto se hace evaluando su respuesta a situaciones estresantes. Luego puede utilizar una serie de técnicas útiles para prevenir respuestas nocivas. Por lo tanto, prevenir y controlar el estrés crónico puede reducir el riesgo de sufrir problemas de salud graves como enfermedades cardíacas, obesidad, presión arterial alta y depresión.

**Características biológicas:** Cualquier característica adquirida de un organismo que se hereda se denomina, por tanto, adecuada para describir un organismo que tiene una función y es una unidad evolutiva (28).

### **Bases conceptuales**

Los factores sociodemográficos revelan el perfil de la persona que brindó apoyo social o comunitario, lo que significa que el individuo se encontró entre ellos, y asumió la responsabilidad para la atención de cuidados y del cuidador, relaciones familiares, estado civil, edad, nivel educativo, situación laboral, nivel económico y clase social; este factor afecta la salud y el apoyo social, el cual es un obstáculo para la detección de presión psicológica, social y física sobre la salud de un individuo, los factores sociodemográficos afectan el apoyo social como una herramienta emocional o económica, el apoyo que recibió el individuo fue importante para saber qué factores ayudaron a la inclinación de las personas hacia el individuo teniendo un factor sociodemográfico por apoyo (29).

El estilo de vida es el comportamiento humano, tanto desde una perspectiva individual o grupales basándose en un sistema de valores locales (30).

Ser Adulto es cuando la persona ha abandonado la infancia y ha entrado en la pubertad, logrando así un pleno desarrollo físico. Desde el punto de vista

jurídico, esta es una etapa relativamente estable, para las personas la edad adulta es el momento en que la ley determina que tienen plena capacidad de acción, en esta etapa de la vida los individuos suelen alcanzar su propia plenitud. En términos de biología y desarrollo psicológico, su personalidad y carácter parecen relativamente firmes y seguros, y todas las diferencias individuales pueden aparecer en la realidad (31).

### **2.3 Hipótesis**

**H1:** Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y estilo de vida del Adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**H0:** No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y estilo de vida del Adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B\_Chimbote, 2024.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Nivel, tipo y diseño de investigación

##### **Nivel de investigación:**

El nivel de investigación fue correlacional – transversal, lo cual se buscó determinar la relación entre dos o más variables y la recolección de la información fue tomada en un solo periodo de tiempo (32,33).

##### **Tipo de investigación:**

La investigación fue cuantitativa, se centró fundamentalmente en los aspectos observables y susceptibles de cuantificación de los fenómenos educativos, utilizó la metodología empírico-analítica y sirvió de pruebas estadísticas para el análisis de datos (32,33).

##### **Diseño de la investigación:**

Fue no experimental, debido a que el investigador no se manipuló o influyó en las variables de estudio, reportándolas en su contexto natural tal y como son (32).

#### 3.2 Población y muestra:

##### **Población muestral**

La población total estuvo constituida por 132 adultos de la Urbanización 21 De Abril Zona B, Habiéndose tomado como muestra por conveniencia a la totalidad de esta población.

##### **Unidad de análisis:**

Cada adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B, que formaron parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.

##### **Criterios de Inclusión y Exclusión**

##### **Criterios de Inclusión**

- Adultos que viven más de 3 años en la Urbanización 21 De Abril Zona B.
- Adultos de la Urbanización 21 De Abril Zona B, que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos de la Urbanización 21 De Abril “Zona B”, que estuvieron aptos para

participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

**Criterios de Exclusión:**

- Adultos de la Urbanización 21 De Abril Zona B, que presentaron problemas psicológicos.
- Adultos de la Urbanización 21 De Abril Zona B, que presentaron problemas de comunicación.

**3.3 Operacionalización de las variables**

**I. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:**

**Definición Conceptual.**

Estas son todas las características debido a la edad, educación, sexo, estado civil, ingresos, ocupación, religión, tasa de mortalidad, tasa de natalidad. Esto se hizo para cada miembro de la población (34).

**II. ESTILOS DE VIDA**

**Definición conceptual:**

Los estilos de vida son un modo de concebir la realidad y proyectarse en la vida". En general, se entiende el estilo de vida como la forma de vida de las personas o de los grupos. En lo que no todos coinciden es si estos patrones conductuales son elegidos voluntaria o involuntariamente por los individuos (35).

**Tabla 01: Matriz de Operacionalización de variables**

VARIABLES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
<b>Variable 1</b> Factores sociodemográficos	La variable fue medido a través de un cuestionario a los adultos de la Urbanización 21 de abril Bona B - Chimbote. De esta manera se logró conocer los diferentes factores sociodemográficos de dicho barrio.	Factores biológicos	Sexo	Nominal	Masculino Femenino
		Factores Culturales	Edad	De razón	De 18-35 Años De 36-59 Años De 60 a más Años
			Grado de instrucción	Ordinal	Analfabeto Primaria Secundaria Superior
			Religión	Nominal	Católico Evangélico Otra
		Estado civil	Nominal	Soltero Casado Viudo Conviviente Separado	
Factores sociales	Ocupación	Nominal	Obrero Empleado Ama de casa Estudiante Otros		

			Ingreso económico	De razón	Menos de 400 soles De 400 a 650 soles De 650 a 850 soles De 850 a 1100 soles Mayor a 1100 nuevos soles
			Sistema de seguro	Nominal	ESSALUD SIS Otro seguro No tiene seguro
<b>Variable 2</b> Estilo de Vida	La variable fue medida mediante un cuestionario tipo Likert de 25 ítems a los adultos de la Urbanización 21 de abril Bona B - Chimbote. Ello me permitió conocer las diferencias dimensiones sobre si llevan un estilo de vida saludable o no saludable	Alimentación Actividad y ejercicio Manejo de estrés Apoyo social Autorrealización Responsabilidad en salud	Estilo de vida saludable	Nominal	Estilos de vida saludable: 75 - 100 puntos  Estilo de vida no saludable: 25 – 74 puntos

### **3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **Técnicas**

En la presente investigación se utilizó la entrevista para la aplicación de los instrumentos.

#### **Instrumento**

En la presente investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación:

##### **Instrumento N° 01**

#### **CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS**

Elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 03). Está constituido por 9 ítems distribuidos en 2 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo del adulto. (1 ítems).
- Factores sociodemográficos el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro. (8 ítems).

##### **Instrumento N° 02**

#### **ESCALA DE ESTILO DE VIDA**

Para la recolección de datos se llevó a cabo el cuestionario de escala de estilo de vida, promotor de salud, elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por las investigadoras de línea de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Los Ángeles de Chimbote; Delgado, R; Márquez R y Díaz, R; para fines de la presente investigación, la cual estuvo constituida por seis dimensiones y subdividida por 25 ítems, permitiéndonos evaluar y medir el estilo de vida, a través de sus siguientes dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo de estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud.

Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Alimentación: 1, 2, 3, 4, 5, 6
- Actividad y ejercicio: 7,8

- Manejo del estrés: 9, 10, 11, 12
- Apoyo interpersonal: 13, 14, 15, 16
- Autorrealización: 17, 18, 19
- Responsabilidad en salud: 20, 21, 22, 23, 24, 25

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación:

**NUNCA:** **N = 1**

**A VECES:** **V = 2**

**FRECUENTEMENTE:** **F = 3**

**SIEMPRE:** **S = 4**

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es: N= 4; V= 3; F= 2; S= 1; los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procedió en cada sub escala donde se obtuvo como resultado 2 categorías, las cuales son: saludable y/o adecuado de 75 a 100 puntos, no saludable e inadecuado si el puntaje es de 25 a 74 puntos.

### **Control de calidad de los datos**

#### **Instrumento de estilo de vida**

**Validez externa:** Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos.

**Para la validez interna:** se realizó ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población de estudio.

		N
Casos	Válidos	27
	Excluidos(a)	2
	Total	29

**Confiabilidad:** se da un 0.95 medida y garantizada mediante la prueba de Alpha Crombach. con respecto a la escala del estilo de vida utilizando el paquete estadístico SPSS.

#### Estadísticos de confiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25

### 3.5 Métodos de análisis de datos

#### Procedimientos de la recolección de datos

En cuanto a la recolección de datos del presente estudio de investigación tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

- Se informó y se pedirá el consentimiento a los adultos de la Urbanización 21 De Abril Zona B, haciendo énfasis que los datos y resultados serán totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B.
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos de la Urbanización 21 De Abril Zona B.
- El instrumento se aplicó en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

#### Análisis y procesamiento de datos

Para la presente investigación se realizó el análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias/ porcentaje y promedio/ desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable pertenecientes a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud, se utilizará el estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%. Para el procesamiento y análisis de datos, se ingresó la información a una base de datos software estadístico IBM, luego se exportaron a una base de datos en el software SPSS Statistics

24,0.

### **3.6 Aspectos éticos**

Los principios éticos considerados en la presente investigación, son los que se encuentran en el reglamento de integridad científica en la investigación V001 de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote aprobada con la resolución N° 0277-2024-CU-Uladech Católica en 14 de marzo 2024 (36).

#### **Respeto y protección de los derechos de los intervinientes.**

En esta investigación se protegió el bienestar y seguridad de las personas es el fin supremo de toda investigación, y por ello, se preservará su dignidad, identidad, diversidad socio cultural, confidencialidad, privacidad, creencia y religión. Este principio no sólo implicó que las personas que son sujeto de investigación donde participarán voluntariamente y dispondrán de información adecuada, sino que también deberán protegerse sus derechos fundamentales si se encuentran en situación de vulnerabilidad. Se aplicará el cuestionario respetando la dignidad humana, diversidad, identidad, privacidad y confidencialidad de los adultos de la Urbanización 21 De Abril Zona B\_Chimbote, 2024, y se les explicará que la información obtenida será para fines de la investigación.

#### **Cuidado del medio ambiente**

Las investigaciones que abarcó el medio ambiente, los animales y las plantas, deberán tomar medidas para eludir daños, las investigaciones se respetó el cuidado del medio ambiente incluido las plantas y la dignidad de los animales, por encima de los fines científicos; por lo tanto, deberán adoptar medidas para evitar daños y programar acciones para reducir los efectos adversos e incrementar los beneficios.

#### **Libre participación y propia voluntad**

Los participantes en la investigación tuvieron derecho a comprender claramente el propósito y fin de la investigación que estarán realizando o participando, siendo libre de elegir si quiere participar o no. En toda investigación se tuvo que contar con la manifestación voluntarias, informada,

libre, inequívoca y específica; a través de las personas como sujetos investigados o titular de los datos consienten el uso de la información para los fines específicos establecidos en el proyecto. Se trabajó con los adultos de la Urbanización 21 De Abril Zona B\_Chimbote, 2021, que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo.

### **Beneficencia, no maleficencia**

En esta investigación todos los estudios lograron un equilibrio positivo y racional entre los beneficios y los riesgos para proteger la vida y el bienestar de los participantes del estudio. En este sentido, las actividades de los investigadores siguieron las siguientes reglas generales: reducir los posibles efectos no deseados e inofensivos y maximizar los beneficios. La totalidad de la información que recibieron en la presente investigación se mantendrá en secreto y se evitará ser expuesta, respetando la intimidad de cada uno de los adultos de la Urbanización 21 De Abril Zona B\_Chimbote, 2024, siendo útil solo para fines de la investigación.

### **Integridad y honestidad**

En esta investigación se evitó el engaño en todos los aspectos de la investigación; evaluando y declarando los posibles daños, riesgos y beneficios que puedan afectar a los participantes en la investigación. Se informó a los adultos los fines de la investigación, cuyos resultados se encontrarán plasmados en el presente estudio.

### **Justicia**

En esta investigación se dio trato a las personas de manera equitativa y no pueden comportarse entre ellos con un menor valor. Por esto, el principio de justicia se encuentra presente en los principales códigos deontológicos de psicología y atiende de forma particular al respeto por los derechos diferenciales de las distintas poblaciones que interactúan con los profesionales.

## IV. RESULTADOS

**TABLA 02**

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024.**

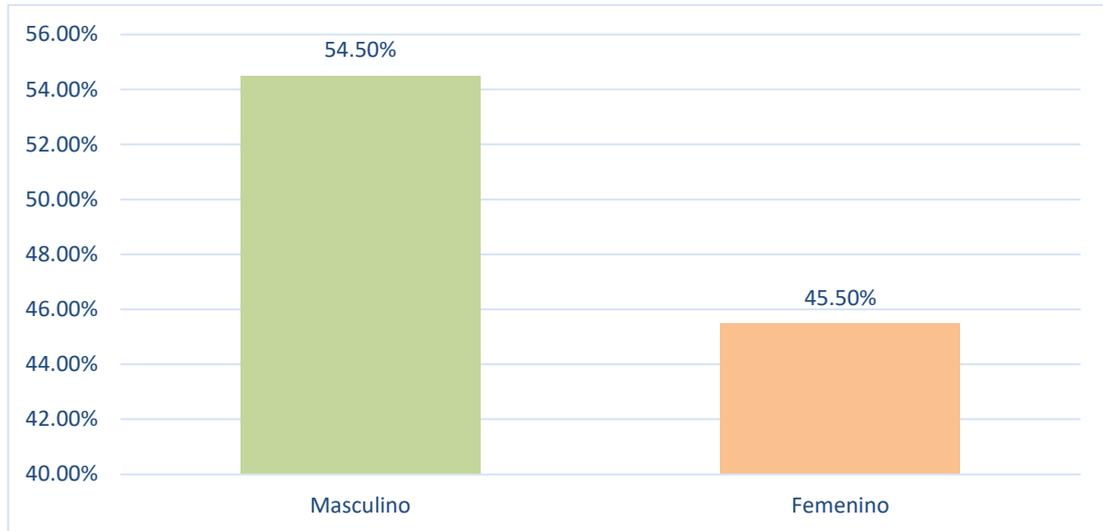
<b>Sexo</b>	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	60	44,5
Femenino	72	54,5
Total	132	100,0
<b>Edad</b>	Frecuencia	Porcentaje
18-35 anos	73	55,3
36-59 años	38	28,8
60 a mas	21	15,9
Total	132	100,0
<b>Grado de instrucción</b>	Frecuencia	Porcentaje
Analfabeto	1	0,8
Primaria	4	3,0
Secundaria	41	31,1
Superior	86	65,2
Total	132	100,0
<b>Religión</b>	Frecuencia	Porcentaje
Católico (a)	112	84,8
Evangélico	10	7,6
Otras	10	7,6
Total	132	100,0
<b>Estado civil</b>	Frecuencia	Porcentaje
Soltero	71	53,8
Casado	33	25,0
Viudo	8	6,1
Conviviente	15	11,4
Separado	5	3,8
Total	132	100,0
<b>Ocupación</b>	Frecuencia	Porcentaje
Obrero	10	7,6
Empleado	51	38,6
Ama de casa	26	19,7
Estudiante	22	16,7
Otros	23	17,4
Total	132	100,0
<b>Ingreso económico</b>	Frecuencia	Porcentaje
Menor de 400 nuevos soles	10	7,6
De 400 a 650 nuevos soles	10	7,6
De 650 a 850 nuevos soles	66	50,0
De 850 a 1100 nuevos soles	38	28,8

Mayor de 1100 nuevos soles	8	6,1
Total	132	100,0
<b>Sistema de seguro</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
EsSalud	21	15,9
SIS	83	62,9
Otro seguro	15	11,4
No tiene seguro	13	9,8
Total	132	100,0

**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 1**

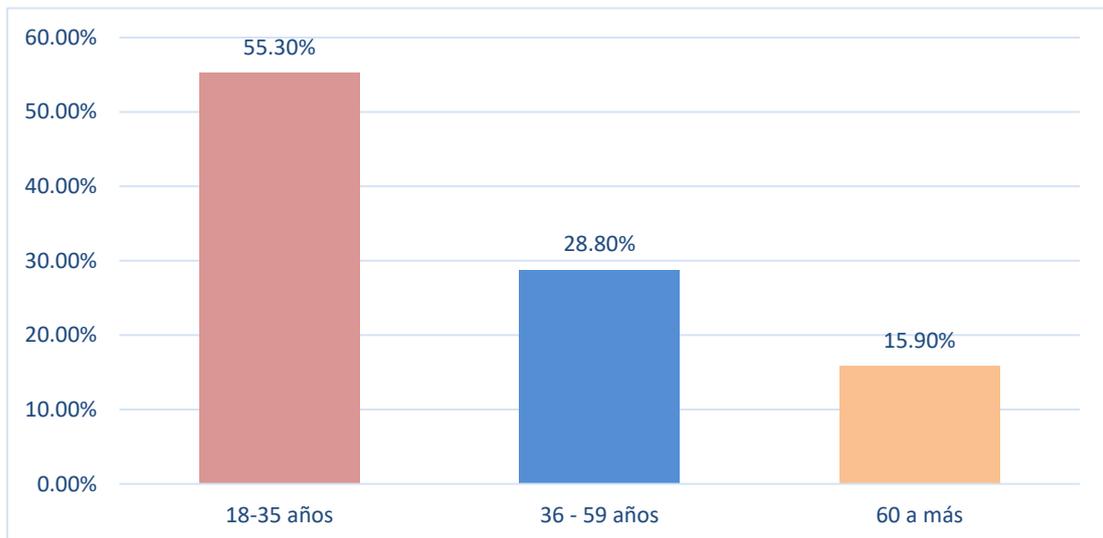
**SEXO DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B  
\_CHIMBOTE, 2024.**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 2**

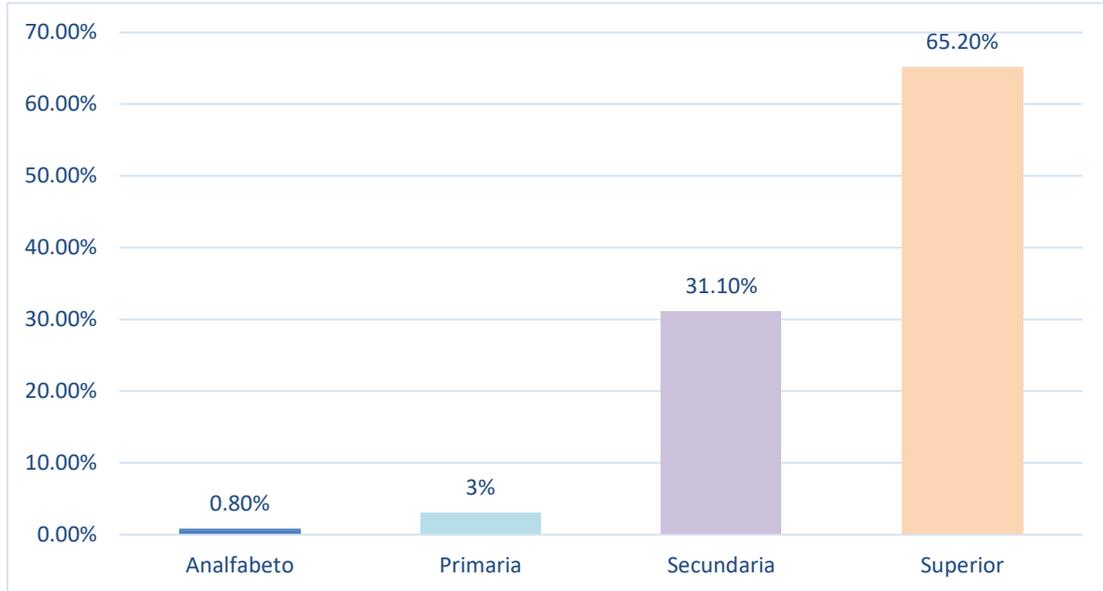
**EDAD DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B  
\_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Vílchez A. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 3**

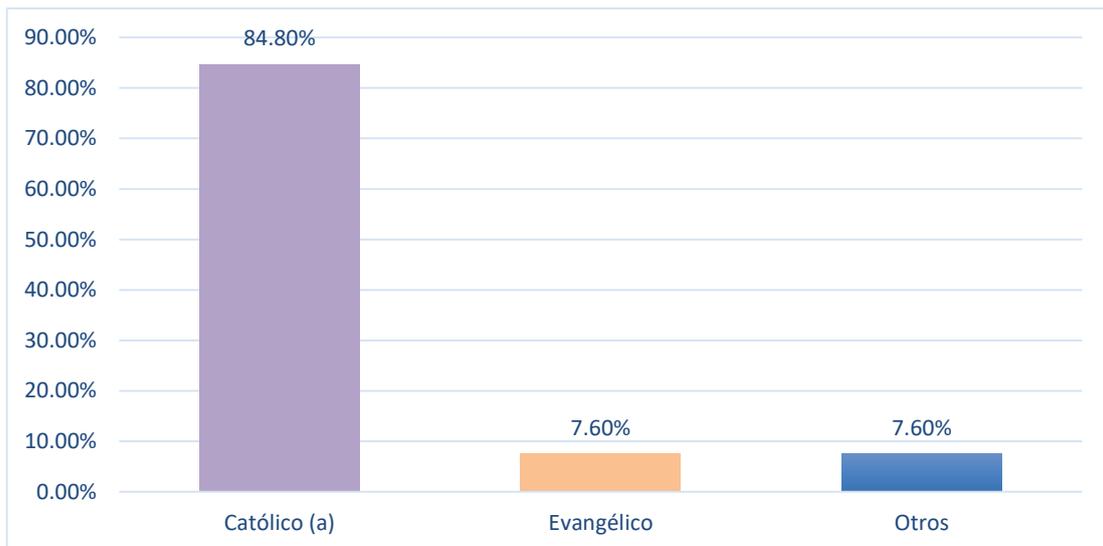
**GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024.**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 4**

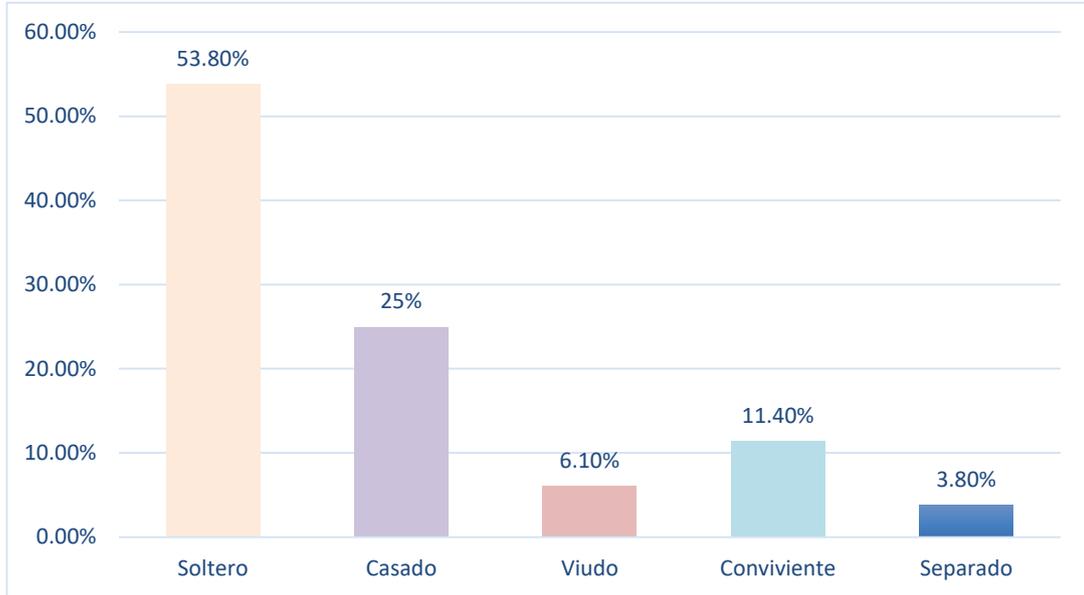
**RELIGIÓN DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024.**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Vílchez A. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 5**

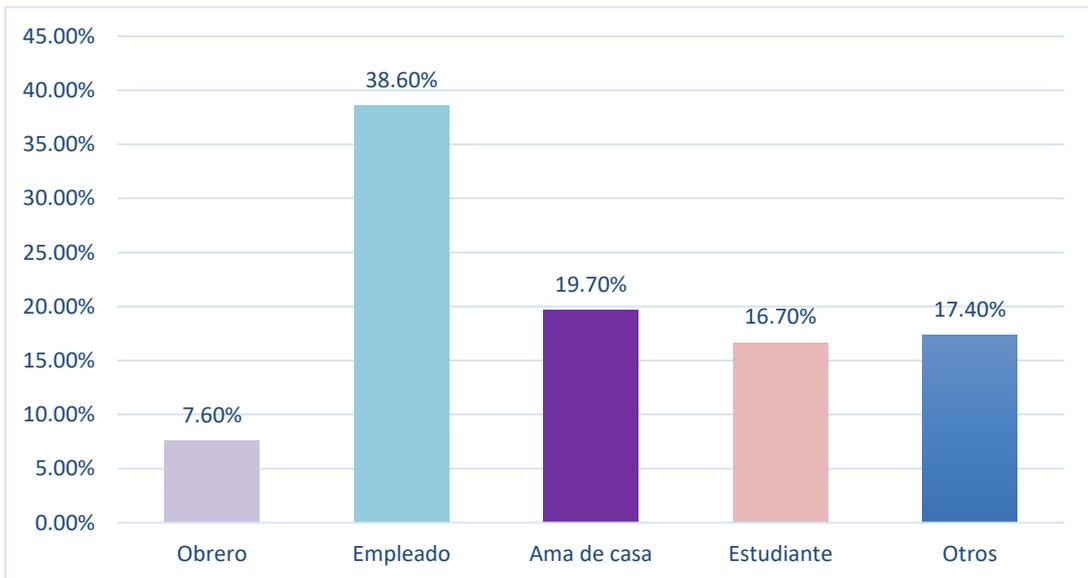
**ESTADO CIVIL DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024.**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Vílchez A. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 6**

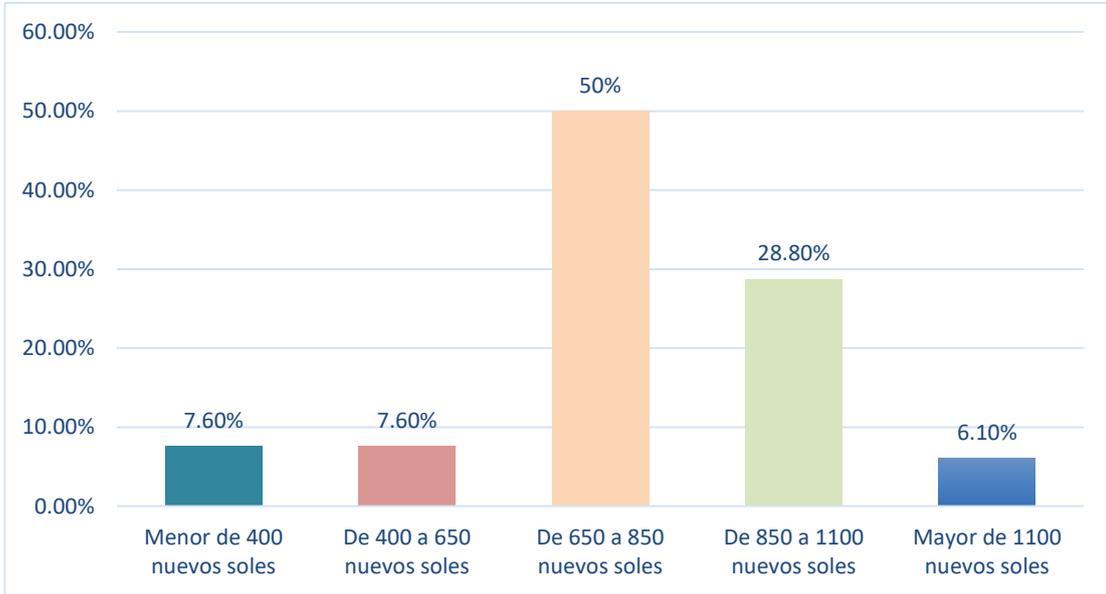
**OCUPACIÓN DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024.**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Vílchez A. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 7**

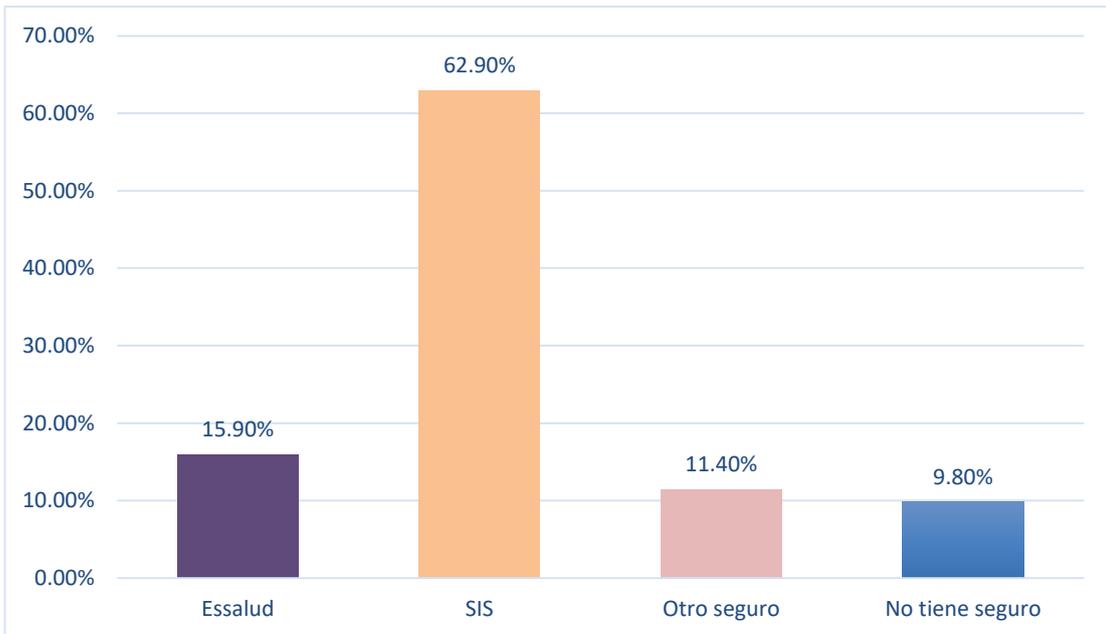
**INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024.**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 8**

**SISTEMA DE SEGURO DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**TABLA 03**

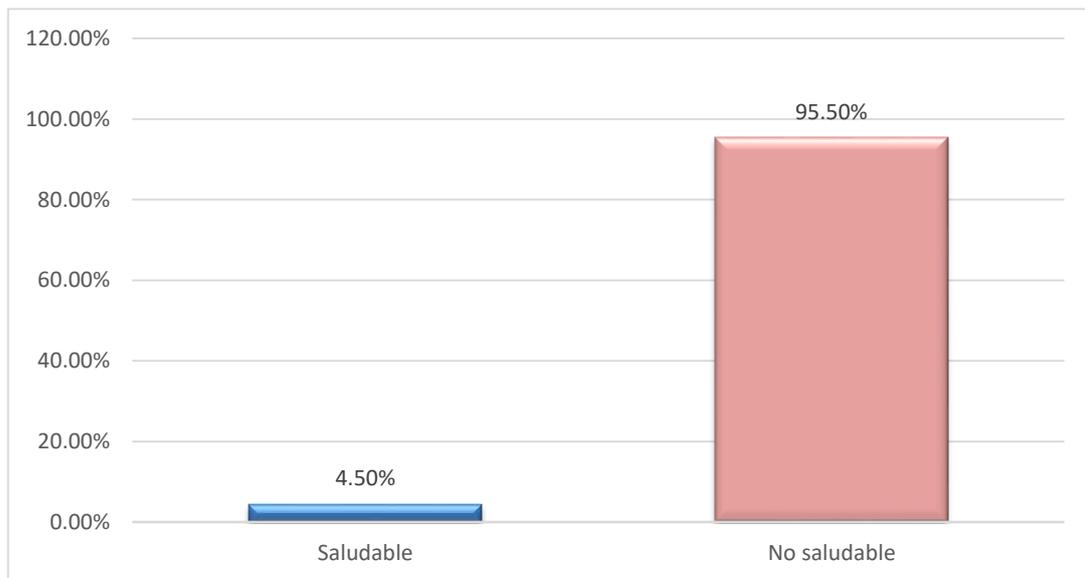
**ESTILO DE VIDA DE LA PERSONA ADULTA DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024.**

Estilo de vida	Frecuencia	Porcentaje
Saludable	6	4,5
No saludable	126	95,5
Total	132	100,0

**Fuente:** Escala de estilos de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R Aplicada a los los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 9**

**ESTILO DE VIDA DE LA PERSONA ADULTA DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024.**



**Fuente:** Escala de estilos de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R Aplicada a los los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**TABLA 4**

**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024**

<b>Sexo</b>		Estilo de vida			Total	Chi <sup>2</sup>
		Saludable	No saludable			
Masculino	n	1	59	60	X <sup>2</sup> =2,101; 1 gl p=0,147 >0,05.	
	%	0,8%	44,7%	45,5%		
Femenino	n	5	67	72	No existe relación estadísticamente significativa	
	%	3,8%	50,8%	54,5%		
Total	n	6	126	132		
	%	4,5%	95,5%	100,0%		

<b>Edad</b>		Estilo de vida			Total	Chi <sup>2</sup>
		Saludable	No saludable			
18-35 años	n	2	71	73	X <sup>2</sup> =4,681; 2 gl p=0,096 >0,05.	
	%	1,5%	53,8%	55,3%		
36 - 59 años	n	4	34	38	No existe relación estadísticamente significativa	
	%	3,0%	25,8%	28,8%		
60 a más	n	0	21	21		
	%	0,0%	15,9%	15,9%		
Total	n	6	126	132		
	%	4,5%	95,5%	100,0%		

<b>Grado de instrucción</b>		Estilo de vida			Total	Chi <sup>2</sup>
		Saludable	No saludable			
Analfabeto	n	0	1	1	X <sup>2</sup> =4,137; 3 gl p=0,247 >0,05.	
	%	0,0%	0,8%	0,8%		
Primaria	n	1	3	4	No existe relación estadísticamente significativa	
	%	0,8%	2,3%	3,0%		
Secundaria	n	2	39	41		
	%	1,5%	29,5%	31,1%		
Superior	n	3	83	86		
	%	2,3%	62,9%	65,2%		
Total	n	6	126	132		
	%	4,5%	95,5%	100,0%		

<b>Religión</b>		Estilo de vida			Total	Chi <sup>2</sup>
		Saludable	No saludable			
Católico (a)	n	5	107	112	X <sup>2</sup> =1,164; 2 gl p=0,559 >0,05.	
	%	3,8%	81,1%	84,8%		
Evangélico	n	0	10	10	No existe relación estadísticamente significativa	
	%	0,0%	7,6%	7,6%		
Otros	n	1	9	10		
	%	0,8%	6,8%	7,6%		
Total	n	6	126	132		
	%	4,5%	95,5%	100,0%		

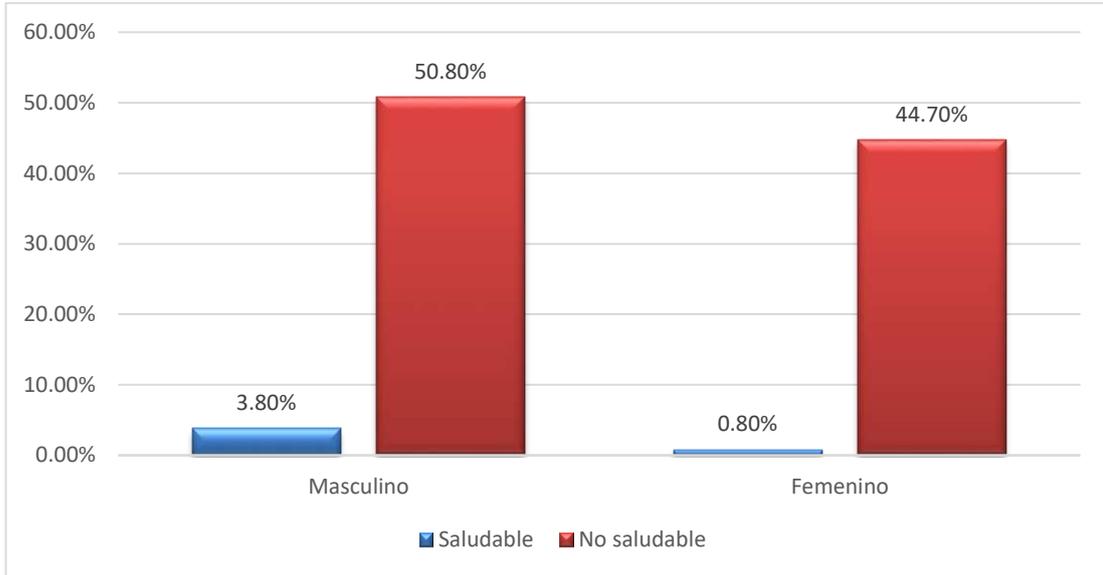
<b>Estado civil</b>		Estilo de vida			Total	Chi <sup>2</sup>
		Saludable	No saludable			
Soltero	n	3	68	71	X <sup>2</sup> =1,752; 4 gl p=0,781 >0,05.	
	%	2,3%	51,5%	53,8%		
Casado	n	1	32	33	No existe relación	
	%	0,8%	25,4%	25,0%		

Viudo	%	0,8%	24,2%	25,0%	estadísticamente significativa
	n	1	7	8	
Conviviente	%	0,8%	5,3%	6,1%	
	n	1	14	15	
Separado	%	0,8%	10,6%	11,4%	
	n	0	5	5	
Total	%	0,0%	3,8%	3,8%	
	n	6	126	132	
	%	4,5%	95,5%	100,0%	
		Estilo de vida			Chi <sup>2</sup>
<b>Ocupación</b>		Saludable	No saludable	Total	
Obrero	n	0	10	10	X <sup>2</sup> =3,721; 4 gl p=0,445 >0,05.
	%	0,0%	7,6%	7,6%	
Empleado	n	2	49	51	No existe relación estadísticamente significativa
	%	1,5%	37,1%	38,6%	
Ama de casa	n	0	26	26	
	%	0,0%	19,7%	19,7%	
Estudiante	n	2	20	22	
	%	1,5%	15,2%	16,7%	
Otros	n	2	21	23	
	%	1,5%	15,9%	17,4%	
Total	n	6	126	132	
	%	4,5%	95,5%	100,0%	
		Estilo de vida			Chi <sup>2</sup>
<b>Ingreso económico</b>		Saludable	No saludable	Total	
Menor de 400 nuevos soles	n	0	10	10	X <sup>2</sup> =4,815; 4 gl p=0,307 >0,05.
	%	0,0%	7,6%	7,6%	
De 400 a 650 nuevos soles	n	0	10	10	No existe relación estadísticamente significativa
	%	0,0%	7,6%	7,6%	
De 650 a 850 nuevos soles	n	2	64	66	
	%	1,5%	48,5%	50,0%	
De 850 a 1100 nuevos soles	n	4	34	38	
	%	3,0%	25,8%	28,8%	
Mayor de 1100 nuevos soles	n	0	8	8	
	%	0,0%	6,1%	6,1%	
Total	n	6	126	132	
	%	4,5%	95,5%	100,0%	
		Estilo de vida			Chi <sup>2</sup>
<b>Sistema de seguro</b>		Saludable	No saludable	Total	
Essalud	n	0	21	21	X <sup>2</sup> =4,132; 3 gl p=0,248 >0,05.
	%	0,0%	15,9%	15,9%	
SIS	n	3	80	83	No existe relación estadísticamente significativa
	%	2,3%	60,6%	62,9%	
Otro seguro	n	2	13	15	
	%	1,5%	9,8%	11,4%	
No tiene seguro	n	1	12	13	
	%	0,8%	9,1%	9,8%	
Total	n	6	126	132	
	%	4,5%	95,5%	100,0%	

**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A, y Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 10**

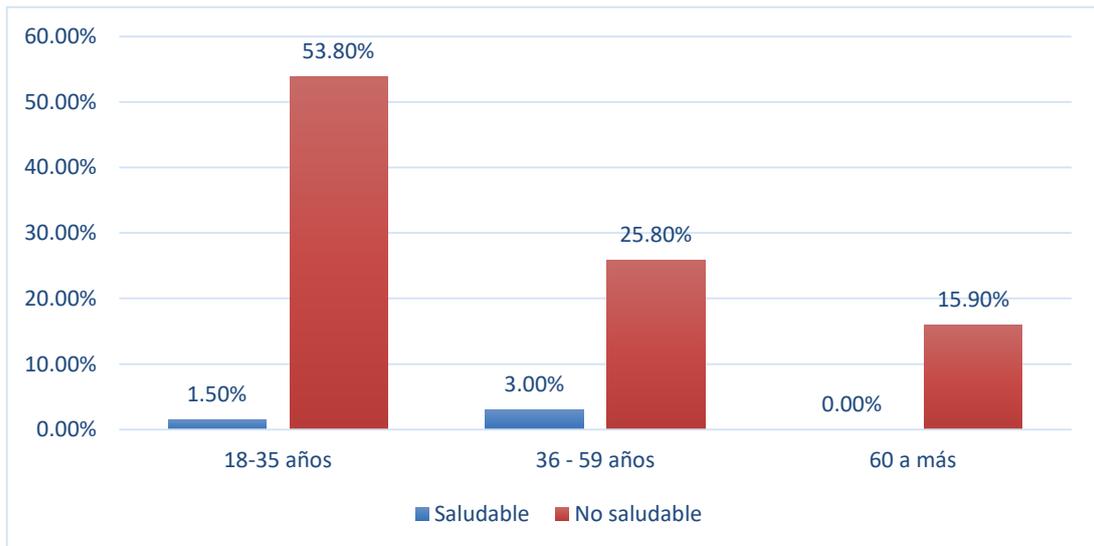
**SEXO Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A, y Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 11**

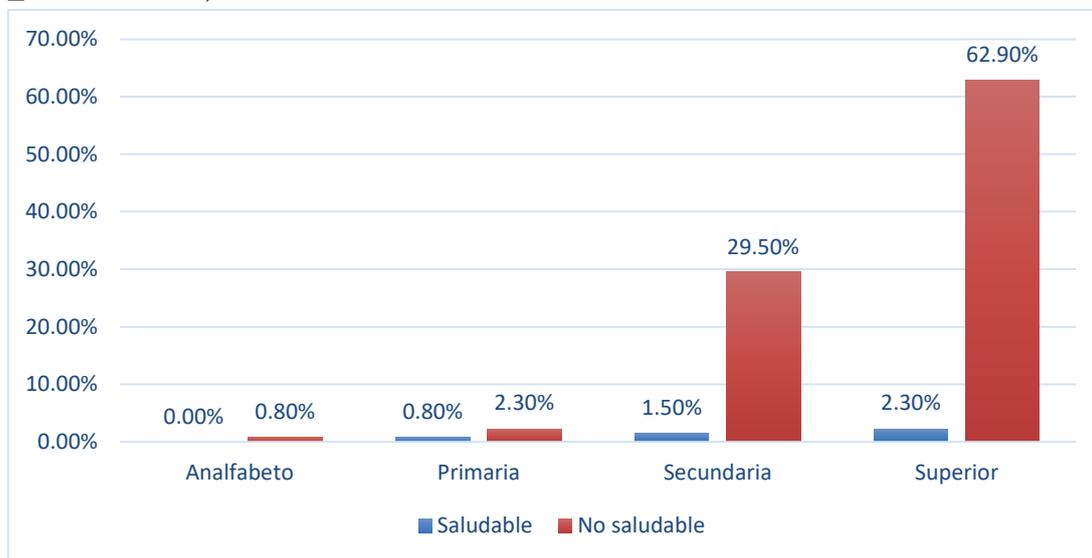
**EDAD Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B \_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A, y Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 12**

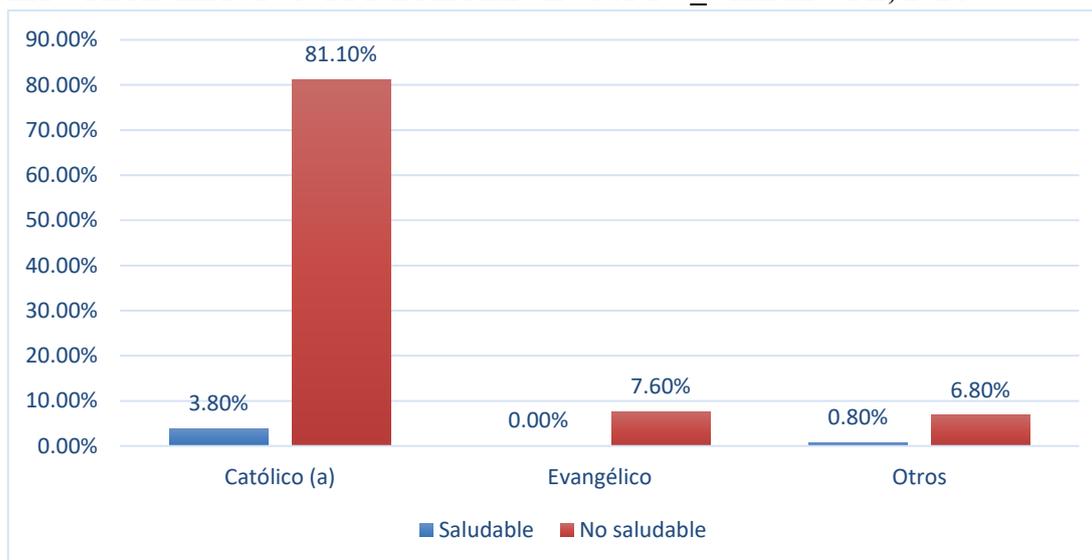
**GRADO DE INSTRUCCIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL “ZONA B” \_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A, y Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 13**

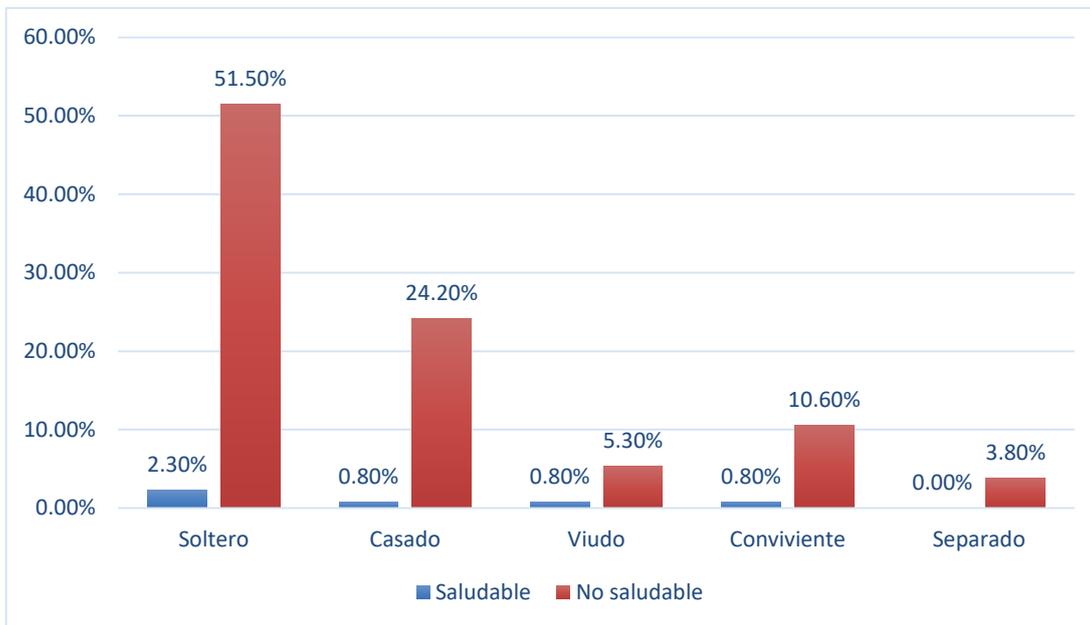
**RELIGIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL “ZONA B” \_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A, y Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 14**

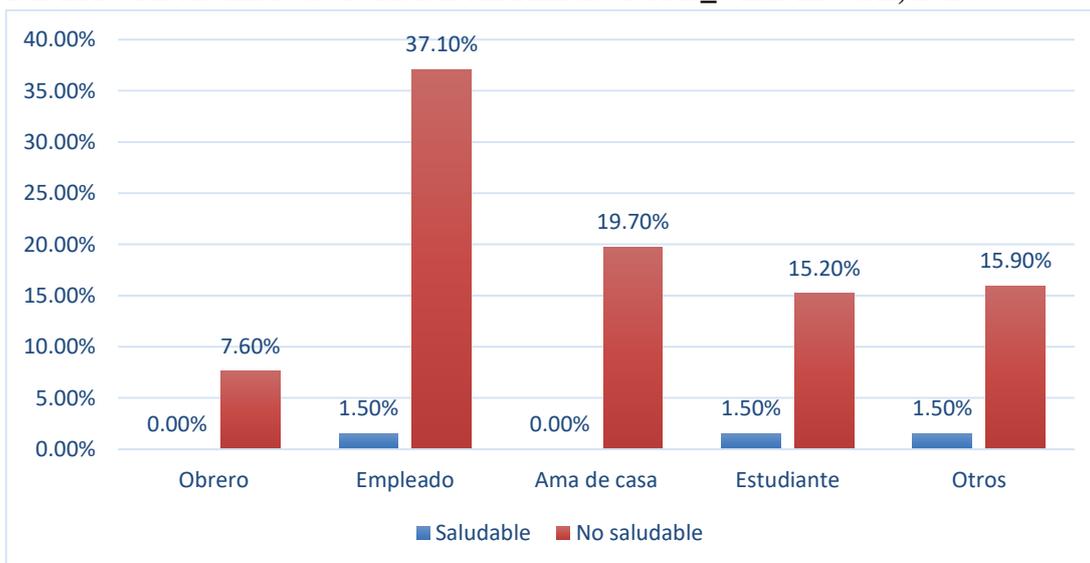
**ESTADO CIVIL Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B\_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A, y Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 15**

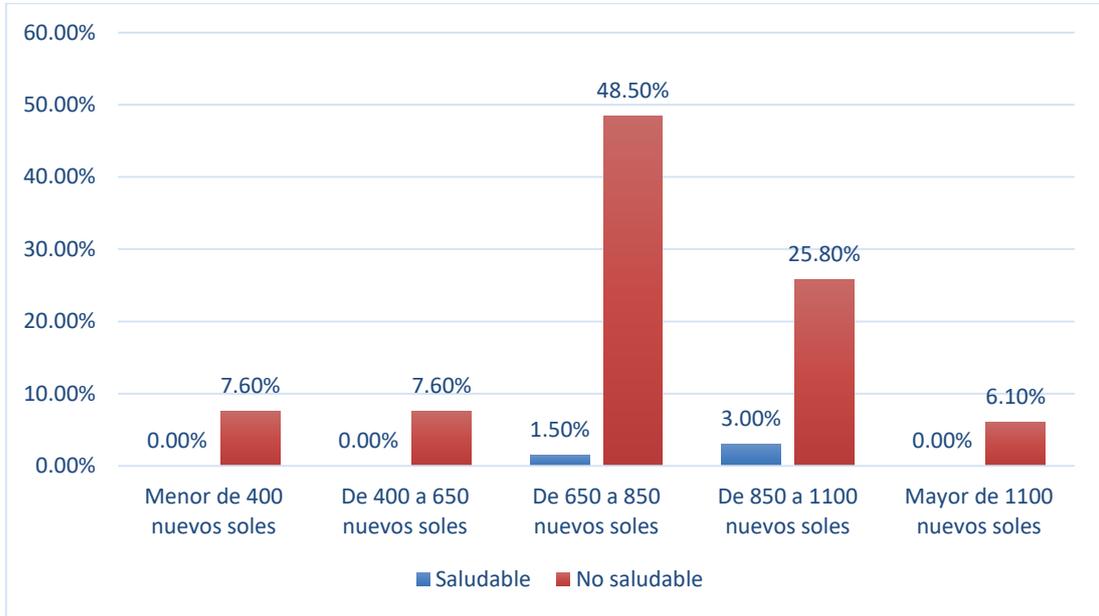
**OCUPACIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B\_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A, y Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 16**

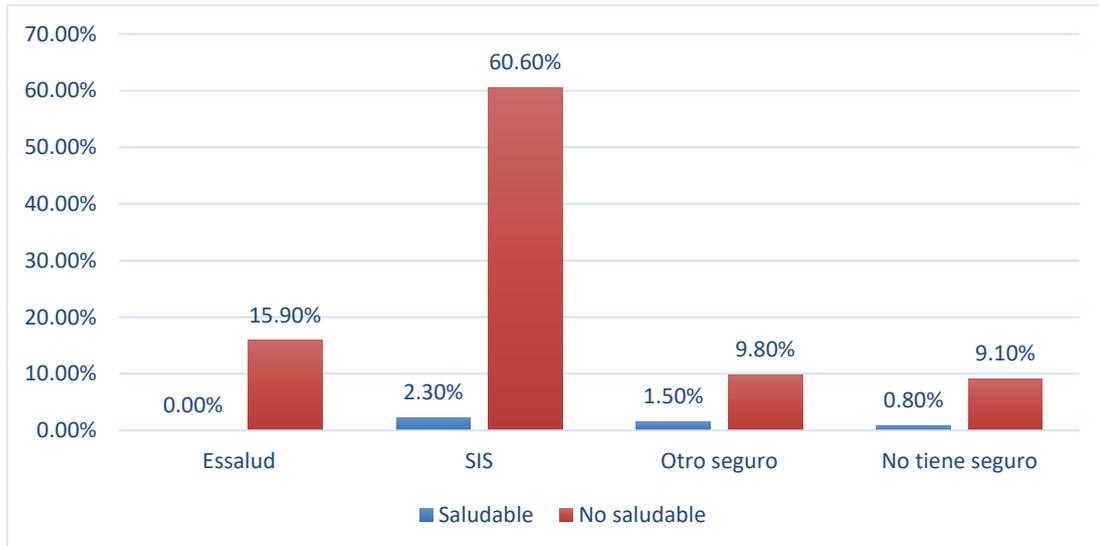
**INGRESO ECONÓMICO Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B\_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A, y Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

**FIGURA 17**

**SISTEMA DE SEGURO Y SU RELACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B\_CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A, y Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, Modificado por Diaz E, Reyna E y Delgado R. Aplicada a los adultos de la Urbanización 21 de abril Zona B\_Chimbote, 2024.

## V. DISCUSIÓN

**Tabla 2:** Respecto a los Factores Sociodemográficos, el 100% (132) de los adultos de la Urbanización 21 de Abril “Zona B”, se obtuvo los siguientes resultados: el 54.5% (72) son de sexo femenino, el 65.2% (86) tienen grado de instrucción superior, 84.8% (112) profesan la religión católica, el 53.8% (71) de estado civil solteros, el 38.6% (51) son empleados, el 50.0% (66) tienen un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles y el 62.9% (83) tienen un seguro integral de salud.

Al analizar los Factores Sociodemográficos de los adultos de la Urbanización 21 de Abril “Zona B” podemos concluir que más de la mitad son de sexo femenino, es decir que genéticamente es más fácil tener una niña que un varón, por lo que la encuesta muestra un mayor porcentaje de estas mujeres que son personas de apoyo, que asumen roles básicos en la familia y en la sociedad se encuentra que se dedican a las tareas del hogar, criar a los hijos, cocinar, mantener a la familia, también contribuyen a los ingresos económicos realizando actividades en la casa, algún pequeño negocio como vendedor de dulces. Las mujeres no solo son madres y esposas, sino que también tienen un rol profesional al contribuir económicamente a cubrir las necesidades del hogar, ya que si la madre no se preocupada por el cuidado de sus hijos y familia, su estado de salud no sería la adecuada y sufrirán de diversas enfermedades por no tener una buena alimentación.

Se evidencia que en la Urbanización 21 de Abril “Zona B” más de la mitad son adultos y viven solos, ya que sus hijos han tenido que trabajar lejos de sus padres. Otros adultos con negocios en el hogar u otras actividades debido a su edad o limitaciones físicas no pueden salir de sus hogares. También, se ha demostrado que más de la mitad de los jóvenes entre 18 y 35 años se dedican a estudiar o trabajar para ayudar económicamente a sus padres en el mantenimiento de sus familias.

En la investigación se observa que la mayoría tiene grado de instrucción superior, y los adultos restantes no pudieron culminar sus estudios esto se debe a que las escuelas no eran cerca a su lugar donde vivían, también por los bajos ingresos de sus padres y pidieron ayuda a sus hijos. Por otro lado, también encontramos adultos en edad de secundaria, algunos mencionaron mantener un buen trabajo durante muchos años, algunos casos no terminaron el programa de secundaria porque se convirtieron en

padres a muy temprana edad y van a trabajar. con ellos, que día a día buscan la manera de que a su familia no le falte comida principalmente.

En el término de religión, la encuesta actual muestra que la mayoría de los adultos de la Urbanización 21 de Abril “Zona B” son católicos, participan en actividades religiosas habituales en sus comunidades y consideran la religión una parte importante de sus vidas. Sin embargo, menos de la mitad de los adultos pertenecen a iglesias evangélicas, realizando sus actividades religiosas a través de congregaciones dirigidas por pastores en sus diversas iglesias locales.

Además, menos de la mitad de los adultos la Urbanización 21 de Abril “Zona B” son empleados, algunas de ellas son las mujeres que se dedican a las labores del hogar, este es un trabajo difícil y exigente, sin embargo, no son reconocidas por la sociedad. Por lo que requiere mucha dedicación en comparación con otras profesiones, por lo que no tiene horarios fijos ni vacaciones. Es por esto que las labores del hogar se convierten en labores de servicio, donde los adultos son excluidos en algunos casos de su cuidado personal, incluyendo la alimentación y la salud propias, por lo que no siempre llevan una alimentación sana y fácil para ellos, aunque tomen cuidado de cocinar.

Menos de la mitad de los adultos de la Urbanización 21 de Abril “Zona B” tiene un ingreso económico de S/. 650, a S/. 850 nuevos por mes, clasificándose como mínimo; los bajos ingresos llevan a esta población a comprar alimentos ricos en grasas y bajos en fibra conocidos como comida chatarra; están asociados con tasas más altas de enfermedades cardiovasculares y factores de riesgo para la reducción de la calidad de vida de la población y la ingesta dietética inadecuada.

La mayoría de los adultos de la Urbanización 21 de Abril “Zona B” cuentan con seguro SIS y menos de la mitad están afiliados a EsSalud o no cuentan con un seguro que los apoye en caso de accidente o enfermedad que requiera tratamiento, al no contar con un seguro de salud, las personas de bajos recursos no podrán acercarse al puesto de salud ya que no cuentan con un seguro que pueda protegerlos cuando sufren de alguna enfermedad, por lo que no tendrán acceso a los servicios de salud completos. El hecho de que la mayoría de los adultos estén afiliados al SIS les da acceso al sistema de salud para que puedan realizarse cirugías, exámenes físicos y médicos, tratamiento

y rehabilitación; para que puedas mejorar tu salud si es necesario.

Nola Pender nos menciona que en su esquema se ubican los componentes de izquierda a derecha; la primera columna nos habla las características y experiencias individuales de las personas y menciona dos conceptos: factores personales y conducta previa relacionada, también menciona que el primer texto refiere a experiencias anteriores que tienen efectos directos e indirectos en la capacidad de comprometerse con las conductas de promoción de la salud, en el segundo nos dice que, factores personales determinados como psicológicos, biológicos y socioculturales, de acuerdo a este enfoque se predice cierta conducta que están señaladas por la naturaleza y la apreciación de la meta de las conductas (37).

Los resultados se asemejan con la investigación realizada por Ramos J, (38). “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven la Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019” el 57,9% (103) son de sexo femenino, el 79,2% (141) profesan la religión católica y el 71,4% (127) tienen un seguro integral de salud.

Encontramos estudios que difieren por Palacios G, (39). “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven El Porvenir “A” Sector 7 \_Chimbote, 2019” el 64% (128) son de sexo femenino, el 46,0% (92) tienen edades entre de 18 a 35 años, el 47% (95) tienen grado de instrucción secundaria, el 69,5% (139) profesan por la religión católica, el 33,5% (67) tienen estado civil casados, el 34,5% (69) ocupación son empleados y el 32,2% (64) el ingreso económico es de 650 a 85 nuevos soles y tienen un SIS. 30% (161).

Se concluye que menos de la mitad son empleados y más de la mitad tiene grado de instrucción superior, esto implica que existe un desequilibrio en la economía de los adultos porque ganan menos del salario básico que existe en el Perú, muchos adultos no encuentran un trabajo digno, esto es relevante para la educación porque lo esencial son los factores que conduzcan a un mejor empleo, por lo que es importante orientar y educar a los adultos que, sobre los ingresos económicos actuales que reciben, puedan alimentarse de manera saludable y nutritiva, lo que ayuda a mejorar la alimentación saludable y prevenir enfermedades como la desnutrición, la obesidad, las

enfermedades cardiovasculares.

Como propuesta de mejora se recomienda a al sector de la salud de la localidad consideren medidas de protección sanitaria para que así ayuden a mejorar la calidad de vida del adulto maduro al mismo tiempo que puedan reforzar con programas que logren ayudar a toda la población logrando que así tenga en cuenta y reconozca que es se suma importancia integrar los estilos de vida saludables para que así puedan lograr la calidad de vida que necesitan.

**Tabla 3:** Del 100% (132) de los adultos de los adultos de la Urbanización 21 de Abril “Zona B”, el 4.50% (6) tienen estilo de vida saludable y el 95,5% (126) tienen un estilo de vida no saludable.

Según Organización Mundial de la Salud (OMS) (40), un estilo de vida saludable como el resultado de una serie de hábitos que ayudan a crear un completo estado de bienestar físico, social y mental, el cual se relaciona con problemas como la alimentación, el ejercicio, las enfermedades, el descanso adecuado, la recreación y actividades sociales.

De acuerdo a los resultados obtenidos la mayoría de adultos manifiestan que no tienen un estilo de vida saludable, ellos refieren que no realizan dieta equilibrada, no consumen de frutas, verduras, legumbres, pescado, carne, arroz lo que sería los alimentos más importantes para tener un estilo de vida más saludable, estos alimentos proporcionan la energía y los nutrientes que tu cuerpo necesita. En algunos casos, realizan actividad física, lo que beneficia su estilo de vida relacionado con la salud y conduce a una mejor calidad de vida.

Los resultados del presente estudio se asemejan con la investigación realizada por Haro M, (41). “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención Promoción Asociados al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol Sector 1\_Chimbote, 2019” el 78.95% (150) tienen estilo de vida saludable, el 21,05% (40) tienen un estilo de vida no saludable.

Este estudio difiere con la investigación de Depaz M, (42). “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven

Primavera Baja\_Chimbote, 2019". el 68,7% (136) su estilo de vida es no saludable; mientras que el 31,3% (62) cuentan con estilo de vida saludable.

Se concluye que la mayoría de adultos que no tienen hábitos de vida saludables, por lo tanto, los adultos deben practicar actividad física que los beneficie para mejorar su postura, autoestima y sobre todo liberar el estrés que puede derivar en otras dolencias como la ansiedad y la obesidad. Así mismo, una alimentación sana y equilibrada es responsable a la hora de adquirir sus productos alimenticios ya que en esta etapa afecta la salud de los adultos donde pierden masa muscular y son más susceptibles a enfermedades.

**Tabla 4:** Al analizar la relación entre los factores sociodemográfico y el estilo de vida se evidencia del 100% (132) de los adultos maduros de la Urbanización 21 de abril el 50,8% (67) tienen un estilo de no vida saludable y son de sexo femenino, el 53,8 (71) tienen estilo de vida no saludable y son 18 – 35 años de edad, el 62,9% (83) tiene un estilo de vida no saludable y tienen grado de instrucción superior, el 81,1 (107) tienen estilo de vida no saludable y son católicos, el 51,5 (68) tienen estilo de vida no saludable y son solteros, el 37,1 (49) tienen estilo de vida no saludable y son empleados, el 48,5 (64) tienen estilo de vida no saludable y un ingreso económico de 650 a 850 soles, el 60,6 (80) tiene estilo de vida no saludable y tienen seguro SIS

Se encontró que no existe relación significativa entre sus variables. Cada variable no tiene relación, al emplear el estadístico del Chi-cuadrado, encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables con un 90,7% de confiabilidad en la diferencia de la relación estadística

En esta investigación se considera como base teórico de Nola Pender (43). Esto constituye la base para estudiar cómo las personas toman sus propias decisiones sobre salud. Nola Pender explica tres categorías amplias en su teoría: "características y experiencias personales, cogniciones e influencias asociadas con un comportamiento específico y consecuencias del comportamiento". El modelo de promoción de la salud, por otro lado, se basa en enseñar a las personas cómo cuidarse a sí mismas y vivir una vida saludable, similar a conceptos relacionados con el comportamiento de promoción de la salud, complementando así los hallazgos de la investigación.

Un estilo de vida saludable son los comportamientos y actitudes diarias que las personas llevan a cabo para lograr mantener su salud y su espíritu. De igual manera, los individuos tienen 2 estilos de vida, que incluyen una apropiada alimentación, recreación y comportamiento emocional positivo, etc. Además, si las personas llevan un estilo de vida inadecuado, como una dieta irregular, el tabaquismo, alcoholismo, uso de drogas y otras actividades, también se consideran factores de riesgo que pueden afectar la calidad de vida de los adultos (44).

Al analizar la variable del grado de instrucción y estilo de vida se encuentra que no existe relación entre las variables debido a que en la actualidad la tecnología ha avanzado y los adultos ya pueden lograr acceder a informaciones que puedan ayudar a mantener un buen estilo de vida saludable, un mayor conocimiento que puede tener un impacto positivo en la salud de las personas, siempre que se decida elegir buenos hábitos por lo que es un factor si las personas no han alcanzado un grado de instrucción superior no les va a permitir poder acceder a trabajos que puedan ayudar a satisfacer sus necesidades de lo contrario ellos buscan trabajos con horarios mayores a 8 horas al día poniendo su salud en riesgo sin que ellos logren darse cuenta.

Al analizar la variable del nivel educativo y estilo de vida se encuentra que no existe relación entre las variables, ya que la población solo completó el nivel secundario y esto puede verse reflejado al momento de ir a pedir algún tipo de trabajo, y no pueden encontrar trabajos por contrato y no podrán gozar de tener todos beneficios y seguro para su familia que un trabajo estable le pueda ofrecer.

También es evidente que no existe relación entre las variables tipo de seguro y estilos de vida debido a que, si bien es cierto, al no contar con un seguro integral de salud esto limitará a los adultos de la Urbanización 21 de abril a que no puedan realizar chequeos médicos evitando enfermedades y complicaciones en su salud, así como también no podrán ser partícipes de las charlas y las capacitaciones que les puedan brindar al momento de visitar algún puesto de salud.

Los resultados obtenidos se asemejan con el estudio de Huamán J, (45) Titulado “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma\_Chimbote, 2019”, en donde, al relacionar los

factores sociodemográficos con el estilo de vida se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida, pero el estilo de vida si tiene relación con la edad ( $X^2=11,36$  y  $P\text{-valor}=0,003$ ), con el grado de instrucción ( $X^2=15,94$  y  $P\text{-valor}=0,001$ ), con el estado civil ( $X^2=23,55$  y  $P\text{valor}=0,000$ ), con la ocupación ( $X^2=17,69$  y  $P\text{-valor}=0,001$ ), también tiene relación con el ingreso económico ( $X^2=16,05$  y  $P\text{-valor}=0,002$ ) y por último el estilo de vida si tiene relación con el tipo de seguro ( $X^2=10,47$  y  $P\text{-valor}=0,014$ ).

Los resultados obtenidos se difieren a la investigación realizada por Trujillo L. (46) que tituló “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado De Machac\_Chavín De Huántar, 2021.”, en donde, al relacionar los factores sociodemográficos con el estilo de vida se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico y tipo de seguro; pero si existe relación con el factor sexo y ocupación.

En conclusión, podemos mencionar que los factores sociodemográficos y estilos de vida influyen de cierto modo en la vida del adulto, también se dice que es una decisión de la misma persona crear hábitos saludables, el querer tener una vida sana, para que así puedan evitar los riesgos que a lo largo de su vida llegan a ser perjudicial para para su salud, la parte educativa sobre programas preventivos influye para que las personas tengan un mejor conocimiento y puedan aprender que si no tienen un buen estilo de vida saludable, no van a poder disfrutar a futuro de buena salud.

Como propuesta de mejora, es importante que las autoridades de la Urbanización 21 de abril, trabajen con el personal sanitario para que todos los adultos y las demás personas puedan entender que el estilo de vida saludable, es de suma importancia ponerlos en práctica en su vida diaria, para que puedan disfrutar de una mejor calidad de vida, a través de las sesiones educativas acerca de la alimentación saludable, con el fin de lograr mejores resultados y poder reducir las enfermedades que puedan poner en riesgo la salud de los adultos de dicha Urbanización.

## VI. CONCLUSIONES

- Se identificó en los factores sociodemográficos de los adultos de la Urbanización 21 de Abril \_Chimbote, 2024, más de la mitad son de sexo femenino y tienen edad entre los 18 a 35 años, tienen grado de instrucción superior, profesan la religión católica y son de estado civil solteros y menos de la mitad son empleados, se evidenció que los varones son los que salen a trabajar y las mujeres se quedan en el hogar a realizar los quehaceres y al cuidado de sus hijos, para que así ellos tengan una buena alimentación.
- Se identificó en el estilo de vida de los adultos Urbanización 21 de Abril \_Chimbote, 2024, que la mayoría no tienen un estilo de vida saludable, y menos de la mitad tienen un estilo de vida saludable.
- Se estableció la prueba del chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y los estilos de vida, donde se encontró que no existe relación estadísticamente significativa con ninguna de las variables.

## VII. RECOMENDACIONES

- Sensibilizar a las autoridades de la Urbanización 21 de abril, trabajen con el personal sanitario para que todos los adultos y las demás personas puedan entender que el estilo de vida saludable, es de suma importancia ponerlos en práctica en su vida diaria, para que puedan disfrutar de una mejor calidad de vida, a través de las sesiones educativas acerca de la alimentación saludable, con el fin de lograr mejores resultados y poder reducir las enfermedades que puedan poner en riesgo la salud de los adultos de dicha Urbanización.
- Informar de los resultados al Puesto de Salud, para que implementen programas educativos en beneficio a los adultos para que logren adquirir los conocimientos necesarios y puedan tomar conciencia que la salud es muy importante en la vida del ser humano.
- Hacer llegar la información obtenida al personal encargado para que así ellos puedan actualizar los datos estadísticos para que de esta manera otros investigadores puedan utilizar estas variables para futuras investigaciones relacionada con la salud.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Guallo M, Parreño Á, Chávez J. Estilos de vida saludables en adultos mayores. Rev Cuba Reumatol [Internet]. 2022 Dic [citado 2024 Abr 20]; 24(4): e1051. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1817-59962022000400008&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-59962022000400008&lng=es)
2. Comité De Seguridad Y Salud en el Trabajo (CSST). CHARLA DE 5 MINUTOS UNAP N° 25: “Hábitos y Estilos de Vida Saludables” [Internet]. 2022 [citado 30 Abril de 2024]. Disponible en: [https://enlinea.unapiquitos.edu.pe/oficinas/comite-seguridad-y-salud-en-el-trabajo/descargas/CHARLA\\_JULIO\\_2023/CH5-25\\_HABITOS-Y-ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLE.pdf](https://enlinea.unapiquitos.edu.pe/oficinas/comite-seguridad-y-salud-en-el-trabajo/descargas/CHARLA_JULIO_2023/CH5-25_HABITOS-Y-ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLE.pdf)
3. Organización Mundial de la Salud OMS. Datos y Cifras de Alcoholismo 2022. [Internet]. 9 de mayo 2022 [citado 30 Abril de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
4. Organización Panamericana de la Salud. Actividad Física. [Internet]. 2020.[Consultado el 30 de Abril del 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/actividad-fisica#:~:text=La%20actividad%20f%C3%ADsica%20tiene%20importantes,el%20cuerpo%20y%20la%20mente.&text=La%20actividad%20f%C3%ADsica%20reduce%20los%20s%C3%ADntomas%20de%20depresi%C3%B3n%20y%20ansiedad.&text=Las%20personas%20que%20son%20insuficientemente,personas%20que%20son%20suficientemente%20activas.>
5. Páez A. Efectos físicos relacionados al estilo de vida y hábitos alimenticios en adultos de Guayaquil, Ecuador, 2021 [Tesis Para Optar el Grado de Maestra en Gestión de los Servicios de Salud]. Universidad Cesar Vallejo: Ecuador; 2021 [consultado 30 Abril 2024]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78615/P%c3%a1ez\\_SAG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78615/P%c3%a1ez_SAG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
6. Instituto Nacional de Estadística. Determinantes de salud (consumo de tabaco, exposición pasiva al humo de tabaco, alcohol, problemas medioambientales en la vivienda). [citado 20 abril 2024]. Disponible en: [https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es\\_ES&c=INSEccion\\_C&cid=1259926698156](https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INSEccion_C&cid=1259926698156)

&p=%5C&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout&param1=PYSDetalle&param3=1259924822888

7. Jordane B. Frecuencia e intensidad del consumo excesivo de alcohol en el mundo: análisis de series temporales a través de la teoría de la historia de la vida y del consumo riesgoso de alcohol, 2019. [Internet], disponible en:  
<https://cris.ulima.edu.pe/es/projects/frecuencia-e-intensidad-del-consumo-excesivo-de-alcohol-en-el-mun>
8. Ministerio de Salud, Más de 22 000 peruanos mueren cada año por consumo y exposición al humo del tabaco, 2021. [Internet], disponible en:  
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/495644-minsa-mas-de-22-000-peruanos-mueren-cada-ano-por-consumo-y-exposicion-al-humo-del-tabaco/>
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Nacional de Hogares. CENSO 2020. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/>
10. Instituto Peruano de Economía. En el 2022, el 21% de los ancashinos vivía en condiciones de pobreza. [Internet]. IPE: 2023 [citado 20 abril 2024]. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-065-2023-inei.pdf>
11. Instituto Peruano de Economía. Retroceso en la reducción de pobreza. [Internet]. 2023 [citado 30 de Abril de 2024]. Disponible en:  
[https://es.linkedin.com/posts/instituto-peruano-de-econom%C3%ADa-ipe\\_pobreza-en-el-per%C3%BA-en-2023-activity-7194495915343183872-aBhH](https://es.linkedin.com/posts/instituto-peruano-de-econom%C3%ADa-ipe_pobreza-en-el-per%C3%BA-en-2023-activity-7194495915343183872-aBhH)
12. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Informe sobre Enfermedades no Trasmisibles y Trasmisibles en la Región Ancash [Internet]. Perú: 2020 [citado 30 de Abril de 2024]. Disponible en:  
[https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/departamentales\\_en/Endes02/pdf/Ancash.pdf](https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/departamentales_en/Endes02/pdf/Ancash.pdf)
13. Mamani Y, Illanes D, Luizaga J. Factores sociodemográficos asociados a la malnutrición del Adulto Mayor en Cochabamba, Bolivia. Gac Med Bol [Internet]. 2019 Dic [citado 2024 abri 23]; 42 (2): 98-105. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1012-29662019000200002&lng=es.](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1012-29662019000200002&lng=es)

14. Carranco S, Flores R, Barrera J. Perfil sociodemográfico y estilos de vida saludable en trabajadores de una empresa de agua potable y alcantarillado de México, 2019 RECIMUNDO [Internet], 2019 [Citado el 10 de abril del 2024] vol. 4; núm.1; pp 344-359. URL disponible en:  
<https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/816>
15. Castro R. Estilos y calidad de vida de los adultos mayores de la comunidad Patuco, cantón Celica, en el periodo Septiembre 2018 - Agosto 2019. [Tesis previa a la obtención del título de licenciada en enfermería]. Universidad Nacional de Loja Facultad de la Salud Humana Carrera de Enfermería. Loja-Ecuador. 2019. [Acceso a Internet]. Disponible en:  
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22609/1/TESIS%20ROSITA%20Digital.1.pdf>
16. Ascone E. Relación entre estilos de vida y autocuidado en el adulto mayor del distrito de Cocas Huancavelica 2022. Universidad Privada San Juan Bautista; 2022. [Internet], [Citado el 23 abr. del 2024]. Disponible en:  
<https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/4044>
17. Chávez T, Mirela A. “Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020. [Internet], [Citado el 24 abr. del 2024]. Disponible en:  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNSM\\_80df0d5675678af040841fa7937771d1/Details](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNSM_80df0d5675678af040841fa7937771d1/Details)
18. Aniceto T. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020. [Tesis pregrado]. [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020 [Citado el 10 de abril del 2024]. URL disponible en:  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19047>
19. Merino J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Señor de los Milagros “Avenida Salaverry” - Chimbote, 2021. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. [Citado 10 Abril 2024]. Disponible En:

[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34631/COMPORTAMIENTO\\_SALUD\\_MERINO\\_RUIZ\\_HILARY.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34631/COMPORTAMIENTO_SALUD_MERINO_RUIZ_HILARY.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

20. Reyes M, Zavaleta E, Bazalar J. Determinantes de la salud en adultos de la ciudad de Chimbote, Perú: estudio descriptivo. [Internet]. Medwave, 2019. Disponible en: <https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/Estudios/Investigacion/7637>.
21. Domínguez J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del pueblo joven San Juan “Jirón San Marcos” \_Chimbote, 2021. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023 [Citado 10 Abril 2024]. Disponible En: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34797/PROMOCION\\_SALUD\\_DOMINGUEZ\\_GIRON\\_JACKELIN\\_JANETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34797/PROMOCION_SALUD_DOMINGUEZ_GIRON_JACKELIN_JANETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
22. Aristizábal P, Blanco M, Sánchez A, et al. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. 2011 Dic [citado 2024 Abr 12]; 8(4): 16-23. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es)
23. Aristizábal P, Blanco D. El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender. [En línea].; 2011 [Fecha de acceso 15 de abril del 2024]. URL disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/medigraphic.cgi>
24. Polit D, Hungler B. *Investigación Científica en Ciencias de la Salud*. 4ª ed. Mexico: Ed. Interamericano – Mc. Graw-Hill; 2000. [https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_-\\_roberto\\_hernandez\\_sampieri.pdf](https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf)
25. Hernández R. *Metodología de la Investigación*. [Artículo en internet]. México: Editorial Mc Graw Hill; 2003. [Citado 2024 Abr. 12]. Disponible en URL: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

26. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, et al. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. 2011 Dic [citado 2024 Abr 12]; 8(4): 16-23. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es).
27. Lifeder. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud. [Internet]. [Citado el 18 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
28. Diario Epoca – El estilo de vida, determinante primordial de la salud [Internet]. [citado 14 de abr de 2024]. Disponible en: <http://diarioepoca.com/539521/el-estilo-de-vida-determinante-primordial-de-la-salud/>
29. Martínez C, Parco E y Yalli A. Factores sociodemográficos que condicionan la sobrecarga en el cuidador primario del paciente pediátrico con leucemia en un instituto especializado-2018. [Trabajo económico para optar el título de especialista en enfermería en cuidado enfermero en oncología]. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima-Perú. 2018. Disponible en: [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3969/Factores\\_MartinezFierro\\_Cinthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3969/Factores_MartinezFierro_Cinthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
30. Estilo de vida [Internet]. *Www.um.es*. [citado el 24 de abril de 2024]. Disponible en: [https://www.um.es/innova/OCW/actividad\\_fisica\\_salud/contenidos/estilo\\_de\\_vida.html](https://www.um.es/innova/OCW/actividad_fisica_salud/contenidos/estilo_de_vida.html)
31. Adulto [Internet]. *Ecured.cu*. [citado el 12 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.ecured.cu/Adulto>
32. Ruiz M. “políticas públicas en salud y su impacto en el seguro popular en Culiacán, Sinaloa, México”. Enfoque cuantitativo. México. 2011. [Acceso a internet]. Disponible en: [https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/objetivos\\_hipotesis.html](https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/objetivos_hipotesis.html)
33. Rojas M. Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación. [En línea]. *Revista Electrónica Vet*. 2015 [Citado 19 de abril del 2021]. Disponible en:

<http://www.redalyc.org/pdf/636/63638739004.pdf>

34. Prieto M, Fernández G, Rojo F, Lardiés R, et al Factores sociodemográficos y de salud en el bienestar emocional como dominio de calidad de vida de las personas mayores en la Comunidad de Madrid: 2005. Rev. Esp. Salud Publica [Internet]. 2008 Jun [citado 2024 abril 15]; 82(3): 301-313. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272008000300006&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272008000300006&lng=es).
35. Bastías E, Stieповich J. Una Revisión De Los Estilos De Vida De Estudiantes Universitarios Iberoamericanos. Cienc. enferm. [Internet]. 2014 Ago [citado el 19 de abril 2024]; 20(2): 93-101. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-95532014000200010&lng=es](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532014000200010&lng=es).
36. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación. [Internet] 2023. [citado 20 de abril de 2024]. Disponible: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
37. Carpio D, Laurencio J, Vergara P Nola Pender: modelo de promoción de la salud [Internet]. 2020 [citado el 26 de octubre 2023]. Disponible en: <https://enfermeriavirtual.com/nola-pender-modelo-de-promocion-de-la-salud/>
38. Ramos J. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven la Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Chimbote-Perú. 2022. [Acceso a internet]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19292/ADULTO\\_FACTORES\\_RAMOS\\_ECHEVARRIA\\_JEANETTE\\_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19292/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
39. Palacios G. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del

Adulto. Pueblo Joven El Porvenir “A” Sector 7\_Chimbote, 2019. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Chimbote-Perú. 2022. [Acceso a internet]. Disponible en:  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD\\_2184b40767fbfa08c7b403ca5d1860c6](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_2184b40767fbfa08c7b403ca5d1860c6)

40. En busca de un estilo de vida saludable [Internet]. Ser Saludables. 2020 [citado 30 Abril de 2024] Disponible en:  
<https://sersaludables.org/en-busca-de-un-estilo-de-vida-saludable/>
41. Haro M. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención Promoción Asociados al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol Sector 1\_Chimbote, 2019. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Chimbote-Perú. 2022. [Acceso a internet]. Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO\\_SOCIAL\\_HARO\\_RAMIREZ\\_MIULLER.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
42. Depaz M. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven Primavera Baja\_Chimbote, 2019. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Chimbote Perú. 2022. [Acceso a internet]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULTO\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_DEPAZ\\_RAMIREZ\\_MELISSA\\_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_DEPAZ_RAMIREZ_MELISSA_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
43. Lectura del modelo de promoción de la Salud de Nola Pender [Internet]. Studocu.com. [citado el 24 de enero de 2024]. Disponible en:  
<https://www.studocu.com/pe/document/universidad-nacional-delcallao/enfermeria/lectura-del-modelo-de-promocion-de-la-salud-de-nola-pender1/65523864>
44. Dehesa G. Modos y estilos de vida [pdf en internet]. [citado 30 Abril de 2024]. Recuperado a partir de:  
[http://uvsfajardo.sld.cu/sites/uvsfajardo.sld.cu/files/modo\\_y\\_estilo\\_de\\_vida\\_promocion\\_de\\_salud\\_gdehesa.pdf](http://uvsfajardo.sld.cu/sites/uvsfajardo.sld.cu/files/modo_y_estilo_de_vida_promocion_de_salud_gdehesa.pdf)

45. Huaman J. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma\_Chimbote, 2019 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote: Perú; 2020 [citado 30 Abril de 2024]. Disponible en:

[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO\\_FACTORES\\_HUAMAN\\_SANTIAGO\\_JAVES\\_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

46. Trujillo L. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado De Machac\_Chavín De Huántar, 2021 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado 30 Abril de 2024]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35008/COMPORTAMIENTO\\_SALUD\\_TRUJILLO\\_TRUJILLO\\_LURDES.pdf?sequence=6&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35008/COMPORTAMIENTO_SALUD_TRUJILLO_TRUJILLO_LURDES.pdf?sequence=6&isAllowed=y)

## ANEXO

### Anexos 01: Matriz de consistencia

Título: Factores sociodemográficos y estilo de vida del adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B\_Chimbote, 2024.

Título	Enunciado del Problema	Objetivo General	Objetivos Específicos	Hipótesis	Metodología
Factores sociodemográficos y estilo de vida del adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B_Chimbote, 2024.	¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida del adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B_Chimbote, 2024.	Determinar la asociación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida del adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B_Chimbote, 2024.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar los factores sociodemográficos del adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B_Chimbote, 2024.</li> <li>2. Identificar el estilo de vida del adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y estilo de vida del Adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B_Chimbote, 2024.</li> <li>• No existe relación estadísticamente</li> </ul>	<p><b>Tipo:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Nivel:</b> Correlacional – transversal</p> <p><b>Universo muestral:</b> 132 adultos</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental</p>

			B_Chimbote, 2024.	significativa entre los factores sociodemográficos y estilo de vida del Adulto de la Urbanización 21 De Abril Zona B_Chimbote, 2024.	<p><b>Técnica:</b> Entrevista – Observación.</p> <p><b>Instrumentos:</b> Factores sociodemográficos – Estilo de Vida</p>
--	--	--	----------------------	--	--

## Anexos 02: Instrumento de Recolección de Información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

### CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

#### DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

---

#### A. FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

1. **¿Marque su sexo?**
  - a) Masculino ( )
  - b) Femenino ( )
2. **¿Cuál es su edad?**
  - a) 18-35 años
  - b) 36-59 años
  - c) 60 a más
3. **¿Cuál es su grado de instrucción?**
  - a) Analfabeto
  - b) primaria
  - c) secundaria
  - d) superior
4. **¿Cuál es su religión?**
  - a) católico (a)
  - b). Evangélico
  - c) Otras
5. **¿Cuál es su estado civil?**
  - a) Soltero
  - b) Casado
  - c) Viudo
  - d) Conviviente
  - e). Separado
6. **¿Cuál es su ocupación?**
  - a) Obrero
  - b) Empleado
  - c) Ama de casa
  - d) Estudiante
  - e) Otros
7. **¿Cuál es su ingreso económico?**
  - a) Menor de 400 nuevos soles
  - b) De 400 a 650 nuevos soles
  - c) De 650 a 850 nuevos soles
  - d) De 850 a 1100 nuevos soles
  - e) Mayor de 1100 nuevos soles
8. **¿Cuál es el sistema de seguro que tiene?**
  - a) Es salud
  - b) SIS
  - c) Otro seguro
  - d) No tiene seguro



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA



PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESCALA DE ESTILO DE VIDA

**Autor:** Walker, Sechrist, Pender

**Modificado por:** Díaz R; Reyna E; Delgado R (2008)

N°	ÍTEMS	CRITERIOS			
<b>ALIMENTACIÓN</b>					
1	Usted se alimenta 3 veces al día entre el: desayuno, almuerzo y cena.	N	V	F	S
2	Usted consume alimentos balanceados en su vida cotidiana, como: frutas, vegetales, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Usted bebe agua diariamente durante el día, entre 4 a 8 vasos	N	V	F	S
4	Contiene entre la comida el consumo de frutas	N	V	F	S
5	Escoge las comidas que no contengan ingredientes químicos o artificiales en la comida	N	V	F	S
6	Usted lee las etiquetas conservadas, enlatadas y empaquetadas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>					
7	Realiza ejercicios por 20 a 30 minutos por 3 veces a la semana	N	V	F	S
8	Usted realiza las actividades diariamente que incluyan el manejo del todo cuerpo.	N	V	F	S
<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>					
9	Usted identifica las causas de las situaciones como la tensión o preocupación en su vida	N	V	F	S
10	Usted expresa sus sentimientos como la tensión y preocupación	N	V	F	S
11	Usted plantea alternativas para aliviar la solución a la tensión y preocupación	N	V	F	S
12	Usted realiza alguna actividad de distracción o relajación como: tomar siestas, pasear, ejercicios de respiración o pensar en cosas agradables para nuestro cuerpo.	N	V	F	S
<b>APOYO INTERPERSONAL</b>					
13	Usted se relaciona o corresponde con los demás	N	V	F	S
14	Usted mantiene una buena relación interpersonales con los demás	N	V	F	S

15	Usted comenta sus inquietudes o deseos con los demás	N	V	F	S
16	Cuando usted se enfrenta en las situaciones dificultosas busca algún apoyo en los demás	N	V	F	S
<b>AUTORREALIZACIÓN</b>					
17	Usted se encuentra satisfecho con lo elaborado en su vida	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con lo que todavía realiza sus actividades	N	V	F	S
19	Realiza sus actitudes que animen en su desarrollo personal	N	V	F	S
<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>					
20	Actualmente acude usted a un centro de salud, siquiera una vez al año para su revisión de médica	N	V	F	S
21	Cuando usted presenta algún desagrado en su cuerpo acude algún centro de salud	N	V	F	S
22	Toma los medicamentos recetados por el médico	N	V	F	S
23	Toma en cuenta lo que el personal de salud le brinda información	N	V	F	S
24	Participa en las actividades que fomentan la salud como las: sesiones educativas, campañas de salud, libros de salud	N	V	F	S
25	Consume sustancias dañosas como el: alcohol, cigarro y/o drogas	N	V	F	S

### CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

**N (Nunca) = 1**

**V (A veces) = 2**

**F (Frecuente) = 3**

**S (Siempre) = 4**

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es, al contrario:

**N= 4 V= 3 F= 2 S= 1**

<b>PUNTAJE MÁXIMO: 100 Puntos donde:</b>
25 entre 74 = Puntos no saludables
75 entre 100 = Puntos saludables

**Anexos 03: Validez y confiabilidad**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**  
**VALIDÉZ INTERNA DE LA ESCALA DE ESTILO DE VIDA**



Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose:

$$r = \frac{N\sum xy - \sum x \cdot \sum y}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2 \cdot N\sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

	<b>R-Pearson</b>	
Items 1	0.35	
Items 2	0.41	
Items 3	0.44	
Items 4	0.10	(*)
Items 5	0.56	
Items 6	0.53	
Items 7	0.54	
Items 8	0.59	
Items 9	0.35	
Items 10	0.37	
Items 11	0.40	
Items 12	0.18	(*)
Items 13	0.19	(*)
Items 14	0.40	
Items 15	0.44	
Items 16	0.29	
Items 17	0.43	
Items 18	0.40	
Items 19	0.20	
Items 20	0.57	
Items 21	0.54	
Items 22	0.36	
Items 23	0.51	
Items 24	0.60	
Items 25	0.04	(*)

**Si  $r > 0.20$  el instrumento es válido.**

**(\*) Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio.**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**



**CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA**

**Resumen del procesamiento de los casos**

		N
Casos	Válidos	27
	Excluidos(a)	2
	Total	29

**Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.**

**Estadísticos de confiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25

## Anexo 4: Consentimiento Informado



### PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENTREVISTAS (Ciencias de la Salud)



Estimado/a participante

Le pedimos su apoyo en la realización de una investigación conducida por Blas Vasquez Jerson Raul que es parte de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. La investigación, denominada **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B\_CHIMBOTE, 2024**

- La entrevista durará aproximadamente ..... minutos y todo lo que usted diga será tratado de manera anónima.
- La información brindada será grabada (si fuera necesario) y utilizada para esta investigación.
- Su participación es totalmente voluntaria. Usted puede detener su participación en cualquier momento si se siente afectado; así como dejar de responder alguna interrogante que le incomode. Si tiene alguna pregunta sobre la investigación, puede hacerla en el momento que mejor le parezca.
- Si tiene alguna consulta sobre la investigación o quiere saber sobre los resultados obtenidos, puede comunicarse al siguiente correo electrónico: ..... o al número ..... Así como con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad, al correo electrónico .....

Complete la siguiente información en caso desee participar:

Nombre completo:	
Firma del participante:	
Firma del investigador:	
Fecha:	

## Documento de aprobación para la recolección de la información



Chimbote, 18 de junio del 2024

**CARTA N° 0000000991- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA**

Señor/a:

**CARLOS WILFREDO CARRANZA VERDI**  
**URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B, CHIMBOTE, ANCASH**

Presente.-



A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del ~~Vicerrectorado de~~ Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B CHIMBOTE, 2024, que involucra la recolección de información/datos en ADULTOS DE LA URBANIZACIÓN 21 DE ABRIL ZONA B, a cargo de JERSON RAUL BLAS VASQUEZ, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 76738693, durante el período de 04-05-2024 al 13-05-2024.

La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

Es propicia la oportunidad para reiterarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente.

Dr. Willy Valle Salvatierra  
Coordinador de Gestión de Investigación